พุทธภาวนา วิชชาธรรมกาย

โดย

พระเดชพระคุณ หลวงพ่อวัดปากน้ำ พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร)

และ

คณะศิษยานุศิษย์ ในโครงการพุทธภาวนา วิชชาธรรมกาย วัดสระเกศฯ

และ

โครงการ ธรรมปฏิบัติเพื่อประชาชน วัดปากน้ำ ภาษีเจริญฯ

กรกฎาคม 2525

เห็น ใดฤๅมาตรแม้น ธรรมกาย
จำ สนิทนิมิตหมาย มั่นแท้
คิด ทำเถิดหญิง-ชาย ชูช่วย ตนแฮ
รู้ ยิ่งเบญจขันธ์แท้ แต่ล้วนอจิรัง

พุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย

พระธรรมเทศนา เรื่อง พระพุทธคุณ พระธรรมคุณ พระสังฆคุณ

โดย

พระเดชพระคุณหลวงพ่อวัดปากน้ำ พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร)

พุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย เบื้องต้น

จาก

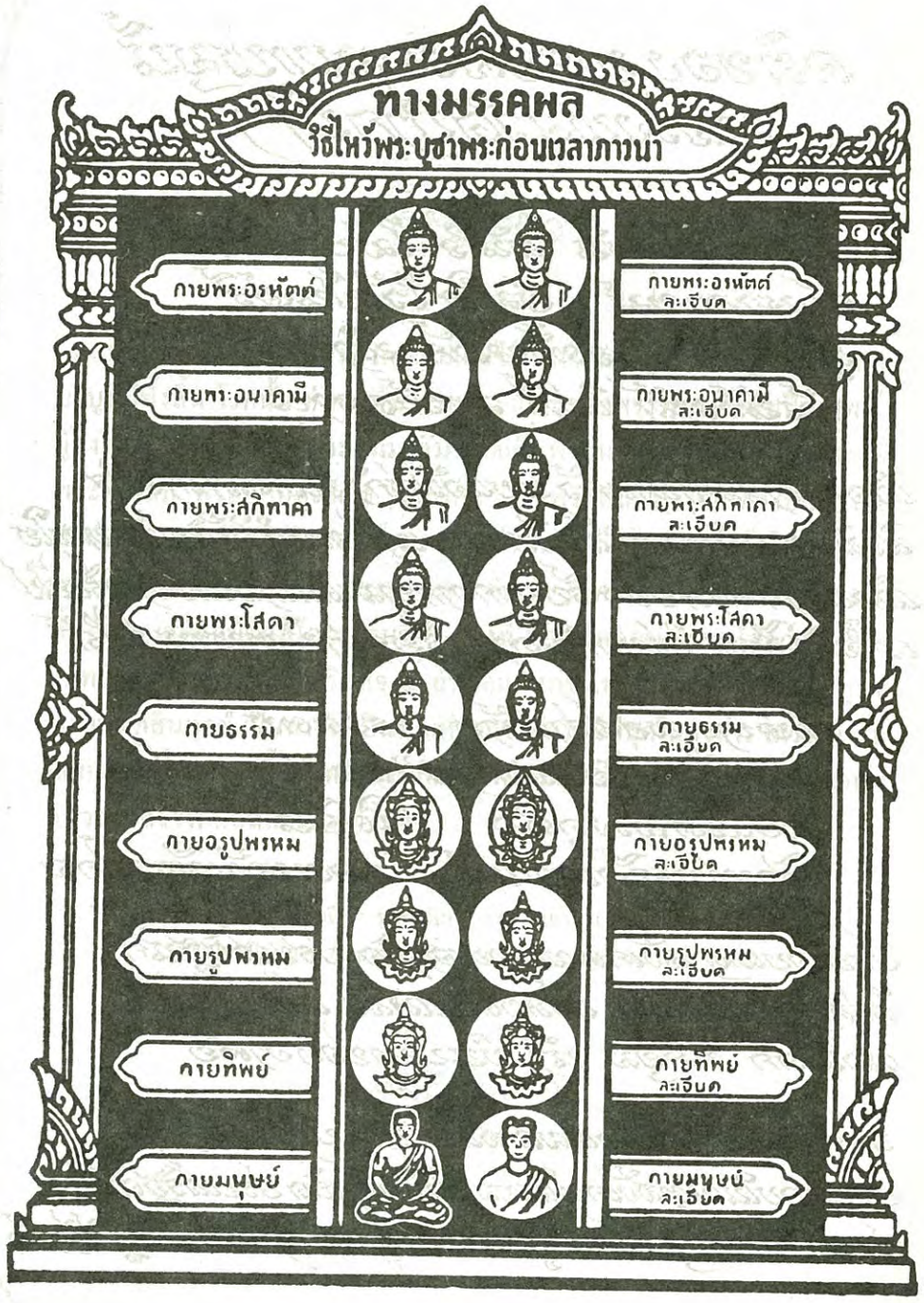
รายการวิทยุ "ธรรมสู่สันติ"

จัดพิมพ์โดย

มูลนิธิพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย

เพื่ออุปถัมภ์
โครงการธรรมปฏิบัติเพื่อประชาชน วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ
และ
โครงการ พุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย คณะ ๑๒ วัดสระเกศราชวรมหาวิหาร
๖ มีนาคม ๒๕๒๕

พิมพ์ครั้งที่ ๑ (ชื่อหนังสือธรรมสู่สันติ) จำนวน ๒,๐๐๐ เล่ม
พิมพ์ครั้งที่ ๒ (ชื่อหนังสือธรรมสู่สันติ) จำนวน ๑,๕๐๐ เล่ม
พิมพ์ครั้งที่ ๓ (ชื่อหนังสือธรรมสู่สันติ) พ.ศ. ๒๕๒๑ จำนวน ๒,๐๐๐ เล่ม
พิมพ์ครั้งที่ ๑ (ชื่อพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย) พ.ศ. ๒๕๒๕ จำนวน ๓,๐๐๐ เล่ม
พิมพ์ครั้งที่ ๒ พ.ศ. ๒๕๒๗ จำนวน ๕,๐๐๐ เล่ม



คติของ พระสงฆ์ลานพระนี้
หลวงพ่อวัดปากน้ำ ฯ

ด้วยความหมั่น มั่นใจ ไม่ประมาท
สัตย์ยาวาณ์ ยึดมั่น ไว้เป็นศรี
ผู้ใฝ่สาด อาจดั้นหลัก บำรุงดี
อันหวังชี้ ไม่ลี้ ลาวับความ

เกิดมาว่าอย่ามาหาแก้ว แบบแล้วไม่กำ จะเกิดมาทำอะไร
สิ่งที่อยากก็หลอก สิ่งที่หยอก เอาก็ลวงทำให้วิตกเป็นห่วงใย
เลิกอยาก อาหยอก รีบออกจากกาม เดินตามรอยนี้สู่สวนเร้อยไป
เสร็จกิจสิ้นหา ไม่ตกกันดาร เรียกว่าหิบพาน ก็ได้

รักษ์ร่าง พอสร้างร้าย รอดตน
ยอดเยี่ยม "ธรรมกาย" ผล ส่องแผ้ว
เลอเลิศล้วนกุศล ใดอื่น
เชิญท่านถือเอาแก้ว ก่อนหล้าเรืองสกล

ประคองเหตุ สังเกตผล ทนเอาเถิด ประเสริฐนัก
ไม่หยุด ไม่ถึงนรก ตรงหยุดนี้แหละ เป็นตัวสำเร็จ
ผลไม่ตก หกคูน ชั่วเย็นปลายชอบอาศัย

ประคองเหตุ สังเกตผล สนใจเถิด ประเสริฐนัก
ประคองในเหตุสังเกตในผล สนใจเข้าเถิด ประเสริฐดีนัก
ประคองที่ในเหตุ สังเกตดูในผล สนใจหนักเข้าเถิดประเสริฐดียิ่งนัก

.....เมื่อก่อน เราผู้ชื่อว่าสรภังคะ ไม่เคยได้เห็นโรคคืออุปาทาน ขันธ์ ๕ ครบบริบูรณ์ทั้งสิ้น โรคนั้น อันเราผู้ทำตามพระดำรัสของพระพุทธเจ้าซึ่งเป็นเทพเจ้าผู้ยิ่งใหญ่ ได้เห็นแล้ว **พระสัมมาสัมพุทธเจ้า** พระนามว่า พระวิปัสสี พระสิขี พระเวสสภู พระกุกกุฏสันโธ พระโกนาคม พระกัสสป ได้เสด็จไปแล้วโดยทางใดแล พระสัมมาสัมพุทธเจ้าพระนามว่าโคดม ก็ได้เสด็จไปแล้วโดยทางนั้น พระพุทธเจ้า ๗ พระองค์นี้ ทรงปราศจากตัณหา ไม่ทรงถือมั่น ทรงหยั่งถึงความสิ้นกิเลส **เสด็จอุบัติแท้โดยธรรมกาย ผู้คงที่** ทรงเอ็นดูอนุเคราะห์สัตว์ทั้งหลาย ได้ทรงแสดงธรรม คือ อริยสัจ ๔ อันได้แก่ทุกข์ เหตุเกิดทุกข์ ความดับทุกข์ ทางเป็นที่สิ้นทุกข์ เป็นทางไม่เป็นไปแห่งทุกข์ อันไม่มีที่สุดในสงสาร เพราะกายนี้แตกและเพราะความสิ้นชีวิตนี้ การเกิดในภพใหม่อย่างอื่นมิได้มี เราเป็นผู้หลุดพ้นแล้วจากสรรพกิเลสและภพทั้งปวง

พระสุตตันตปิฎก ขุททกนิกาย สรภังคเถรคาถา ข้อ ๓๖๕
(พระไตรปิฎกภาษาไทยฉบับหลวง พ.ศ. ๒๕๑๔ เล่มที่ ๒๖ หน้า ๓๓๔)

พุทธบริษัทโปรดทราบ

วัดใด หรือ พระภิกษุ สามเณรใด ประสงค์จะได้หนังสือธรรมปฏิบัติ และ เทปสอนภาวนาไปศึกษา ฝึกปฏิบัติ และ เผยแพร่ ก็แจ้งความจำนงไปที่ พระเดชพระคุณ พระภาวนาโกศลเถร รองเจ้าอาวาสและพระอาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนาธุระ วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ กรุงเทพฯ ๑๐๑๖๐ เมื่อมีเจ้าภาพ ก็จะจัดส่งไปถวายตามลำดับความเร่งด่วนที่ขอไป

ผู้ประสงค์จะสร้างมหากุศล ด้วย ธรรมทาน ก็บอกรับเป็น เจ้าภาพ หนังสือธรรมปฏิบัติ จำนวน ๘ เล่ม ชุดละ ๔๕๐ บาท หรือ เทปสอนภาวนาชุดละ ๒๗ ม้วน เป็นเงินชุดละ ๒,๐๐๐ บาท หรือ บริจาคตามกำลังศรัทธา เพื่อถวายหนังสือหรือเทปดังกล่าวแก่วัดหรือพระภิกษุสามเณรที่ขอมา ก็ขอได้โปรดแจ้งความจำนงไปที่ พระเดชพระคุณ พระภาวนาโกศลเถร วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ กรุงเทพฯ ๑๐๑๖๐ (ถ้าส่งเงินทางไปรษณีย์ โปรดสั่งจ่ายเงินทาง ไปรษณีย์ตลาดพลู) ขออนุโมทนา

ผู้ชี้ขุมทรัพย์

อานนท์ ! เราไม่พยายามทำกะพวกเธออย่างทะนุถนอม เหมือนพวกช่างหม้อ ทำแก่หม้อที่ยังเปียก ยังดิบอยู่

อานนท์ ! เราจักขนาบแล้วขนาบอีก ไม่มีหยุด

อานนท์ ! เราจักชี้โทษแล้ว ชี้โทษอีก ไม่มีหยุด

ผู้ใดมีมรรคผลเป็นแก่นสาร ผู้นั้นจักทนอยู่ได้

คนเรา ควรมองผู้มีปัญญาใด ๆ ที่คอยชี้โทษ คอยกล่าวคำขนาบอยู่เสมอไป ว่าคนนั้นแหละ คือผู้ชี้ขุมทรัพย์ละ ควรคบบัณฑิตที่เป็นเช่นนั้น

เมื่อคบหากับบัณฑิตชนิดนั้นอยู่ ย่อมมีแต่ดีท่าเดียว ไม่มีเลวเลย

(บาลี พระพุทธภาษิต บัณฑิตวัคค์ ธัมมบท ขุททกนิกาย พระไตรปิฎกเล่มที่ ๒๕ หน้า ๒๕ ข้อ ๑๖)

ผู้วิงวอน

ภิกษุทั้งหลาย ! กิจอันใด ที่ศาสดาผู้เอ็นดูแสวงหาประโยชน์เกื้อกูล อาศัยความเอ็นดูแล้ว จะพึงทำแก่สาวกทั้งหลาย กิจอันนั้น เราได้ทำแล้วแก่พวกเธอทั้งหลาย

ภิกษุทั้งหลาย ! นั่นโคนไม้ทั้งหลาย, นั่นเรือนว่างทั้งหลาย

ภิกษุทั้งหลาย ! พวกเธอทั้งหลายจงเพียรเผากิเลสอย่าได้ประมาท

พวกเธอทั้งหลาย อย่าได้เป็นผู้ที่ต้องร้อนใจในภายหลังเลย

นี่แล เป็นวาจาเครื่องพร่ำสอนพวกเธอทั้งหลายของเรา

(บาลีพระพุทธภาษิต สฬายตนวัคค์ สังยุตตนิกาย พระไตรปิฎกเล่มที่ ๑๘ หน้า ๔๔๑ ข้อที่ ๖๗๔)

ผู้หล่นจากศาสนา

ภิกษุทั้งหลาย ! นักบวช ที่ไม่ประกอบด้วยเหตุสี่ประการแล้ว ย่อมกล่าวได้ว่า เป็นผู้หล่นจากธรรมวินัยนี้ เหตุสี่ประการอะไรกันเล่า ? เหตุสี่ประการคือ :–

(๑) **ผู้ที่ไม่ประกอบด้วยศีล อันเป็นเครื่องไปจากข้าศึก** เรียกได้ว่า คนหล่นจากธรรมวินัยนี้

(๒) **ผู้ที่ไม่ประกอบด้วยสมาธิ อันเป็นเครื่องไปจากข้าศึก** เรียกได้ว่า คนหล่นจากธรรมวินัยนี้

(๓) **ผู้ที่ไม่ประกอบด้วยปัญญา อันเป็นเครื่องไปจากข้าศึก** เรียกได้ว่า คนหล่นจากธรรมวินัยนี้

(๔) **ผู้ที่ไม่ประกอบด้วยวิมุตติ อันเป็นเครื่องไปจากข้าศึก** เรียกได้ว่า คนหล่นจากธรรมวินัยนี้

ภิกษุทั้งหลาย ! นักบวช ที่ไม่ประกอบด้วยเหตุสี่ประการเหล่านี้แล เรียกได้ว่า เป็นผู้หล่นจากธรรมวินัยนี้

(บาลี พระพุทธภาษิต จตุกกนิบาต อังคุตตรนิกาย พระไตรปิฎกเล่มที่ ๒๑ หน้า ๒ ข้อที่ ๒)

การเป็นอยู่ที่ไม่เสื่อม

ภิกษุทั้งหลาย ! **ภิกษุทั้งหลาย จักหมั่นประชุมกันเนืองนิตย์ ประชุมกันให้มากพอ** อยู่เพียงใด ความเจริญก็เป็นสิ่งที่ภิกษุทั้งหลายหวังได้ ไม่มีความเสื่อมเลย อยู่เพียงนั้น

ภิกษุทั้งหลาย ! **ภิกษุทั้งหลาย จักพร้อมเพรียงกันเข้าประชุม จักพร้อมเพรียงกันเลิกประชุม จักพร้อมเพรียงกันทำกิจที่สงฆ์จะต้องทำ** อยู่เพียงใด ความเจริญก็เป็นสิ่งที่ภิกษุทั้งหลายหวังได้ ไม่มีความเสื่อมเลย อยู่เพียงนั้น

ภิกษุทั้งหลาย ! **ภิกษุทั้งหลาย จักไม่บัญญัติสิ่งที่ไม่เคยบัญญัติ จักไม่เพิกถอนสิ่งที่บัญญัติไว้แล้ว จักสมาทานศึกษาในสิกขาบทที่บัญญัติไว้แล้วอย่างเคร่งครัด** อยู่เพียงใด ความเจริญก็เป็นสิ่งที่ภิกษุทั้งหลายหวังได้ ไม่มีเสื่อมเลย อยู่เพียงนั้น

ภิกษุทั้งหลาย ! **ภิกษุทั้งหลาย จักสักการะ เคารพ นับถือ บูชา ภิกษุพวกที่เป็นเถระมีพรรษายุกาล บวชนานเป็นบิดาสงฆ์ เป็นผู้นำสงฆ์ และตนต้องเข้าใจตัวว่าต้องเชื่อฟังถ้อยคำของท่านเหล่านั้น** อยู่เพียงใด ความเจริญก็เป็นสิ่งที่ภิกษุทั้งหลายหวังได้ ไม่มีเสื่อมอยู่เลย

ภิกษุทั้งหลาย ! **ภิกษุทั้งหลาย จักไม่ลุอำนาจแก่ตัณหา ซึ่งเป็นตัวเหตุก่อให้เกิดภพใหม่ที่เกิดขึ้นแล้ว** อยู่เพียงใด ความเจริญก็เป็นสิ่งที่ภิกษุทั้งหลายหวังได้ ไม่มีความเสื่อมอยู่เลย เพียงนั้น

ภิกษุทั้งหลาย ! **ภิกษุทั้งหลาย จักมีใจจดจ่อในเสนาสนะป่า** อยู่เพียงใด ความเจริญก็เป็นสิ่งที่ภิกษุทั้งหลายหวังได้ ไม่มีความเสื่อมอยู่เลย เพียงนั้น

ภิกษุทั้งหลาย ! **ภิกษุทั้งหลาย จักเข้าไปตั้งสติไว้อย่างมั่นเหมาะว่า "ทำไฉนหนอ ขอเพื่อนผู้ประพฤติพรหมจรรย์ด้วยกัน ซึ่งมีศีลเป็นที่รัก ยังไม่มา ขอให้มา ที่มาแล้ว ขอให้อยู่เป็นสุขเถิด"** ดังนี้ อยู่เพียงใด ความเจริญก็เป็นสิ่งที่ภิกษุทั้งหลายหวังได้ ไม่มีความเสื่อมอยู่เลย เพียงนั้น

ภิกษุทั้งหลาย ! **ธรรมอันเป็นที่ตั้งแห่งความเป็นอยู่ที่ไม่เสื่อมเจ็ดประการเหล่านี้ ยังคงดำรงอยู่ได้ในภิกษุทั้งหลาย และพวกเธอก็ยังเห็นพ้องต้องกันในธรรมเจ็ดประการเหล่านี้อยู่เพียงใด ความเจริญก็เป็นสิ่งที่ภิกษุทั้งหลายหวังได้ ไม่มีความเสื่อมเลย เพียงนั้น**

(บาลี พระพุทธภาษิต สัตตกนิบาต อังคุตตรนิกาย พระไตรปิฎกเล่มที่ ๒๓ หน้า ๒๑ ข้อที่ ๒๑)

พระโอวาท สมเด็จพระสังฆราช
(ปุ่น ปุณฺณสิริ)

เมื่อวันที่ ๘ สิงหาคม ๒๕๑๕ สมเด็จพระอริยวงศาคตญาณ สมเด็จพระสังฆราชได้เสด็จฯ มาที่วัดปากน้ำ เพื่อถวายสักการะแด่พระมงคลเทพมุนี (หลวงพ่อวัดปากน้ำ) และในโอกาสเดียวกัน พระภิกษุสามเณรอุบาสกอุบาสิกาวัดปากน้ำได้รับเสด็จฯ และเข้าเฝ้าถวายสักการะ หลังจากองค์สมเด็จพระสังฆราชได้ถวายสักการะแด่หลวงพ่อวัดปากน้ำแล้ว ได้ประทานพระโอวาทว่า

ที่มาวันนี้ ก็เพื่อจะมาถวายสักการะหลวงพ่อ ด้วยความหวังตั้งใจของหลวงพ่อได้เคยพูดไว้อย่างไร และความตั้งใจของหลวงพ่อนั้นก็ปรากฏตามที่หลวงพ่อได้พยากรณ์ไว้ ซึ่งขณะนี้ก็ได้เป็นพระผู้ใหญ่สูงสุดในคณะสงฆ์ สมความปรารถนาของหลวงพ่อแล้ว จึงได้นำสักการะมาถวายท่านเป็นกรณีพิเศษแปลกกว่าปีก่อน ๆ นั้น

ท่านที่อยู่ในที่นี้ ตลอดถึงข้าพเจ้าด้วย ก็อยู่ในบารมีของหลวงพ่อทั้งนั้น แม้ท่านมรณภาพไปแล้ว เราก็หวังเข้าใจเป็นอย่างยิ่งว่า ท่านจะต้องมีทิพย์เนตรมองดูความเคลื่อนไหวของศิษยานุศิษย์ญาติมิตรของท่านอยู่เสมอ เพราะการคุ้มครองของหลวงพ่อนี่แหละจึงเป็นเหตุให้วัดปากน้ำนี้ มีความเจริญรุ่งเรืองขึ้นโดยลำดับ ๆ พระภิกษุสามเณรอยู่เป็นสุข อาหารการบริโภคก็ไม่ขาดสาย เมื่อท่านมีเมตตาปรานีแก่เราอย่างนี้แล้ว จะเป็นการสมควรหรือที่เราจะไม่ปฏิบัติตามโอวาทของท่าน เราท่านทั้งหลายพยายามปฏิบัติตามโอวาทของท่าน ศึกษาความเป็นสมณะ เคารพในความเป็นสมณะ และเคารพในพระธรรมวินัย ปฏิบัติตนให้มีความสามัคคีในหมู่คณะ อย่าแตกร้าวกัน อย่ายุให้รำตำให้รั่ว พยายามช่วยกันสมานสามัคคีเพื่อความรุ่งเรืองของวัดปากน้ำ เพื่อความรุ่งเรืองของพระธรรมวินัย เมื่อเราทั้งหลายรักษาความสามัคคีไว้ได้ ความเจริญก็จะมีตลอดไป ดังพุทธภาษิตว่า

สพฺเพสํ สงฺฆภูตานํ สามคฺคี วุฑฺฒิสาธิกา

ความพร้อมเพรียงของหมู่ยังประโยชน์ให้สำเร็จ

ฉะนั้น ขอให้เราทั้งหลายจงทราบไว้ด้วยเถิด ศัตรูภายนอกที่จะมาทำลายวัดปากน้ำนั้นทำไม่ได้ เว้นไว้แต่พวกเราจะเป็นศัตรูกันเองคือศัตรูภายใน นั่นมันสุดวิสัย จะอยู่หรือจะไปก็อยู่ที่พวกเรานี่แหละ แม้ข้าพเจ้าก็ใคร่จะขอร้องว่า ทุกสิ่งทุกอย่างขอให้เป็นไปเพื่อความสามัคคีปรองดองกัน อดกลั้นต่ออนิฏฐารมณ์ จึงขอฝากไว้ในโอกาสนี้ด้วย

ในที่สุดนี้ ขอให้ท่านทั้งหลายพร้อมด้วยญาติมิตรจงมีความเจริญในพระพุทธศาสนาเป็นนิตย์กาลเทอญ.

เมื่อภิกษุญี่ปุ่นบรรลุธรรมกาย

โดย **พระวีระ อุตตรนที**[๑]

เมื่อคณะสมณทูตญี่ปุ่นซึ่งมาเยี่ยมสำนักวัดปากน้ำ หลังจากได้เดินทางกลับจากประชุมพุทธศาสนิกสัมพันธ์ ณ ประเทศอินเดีย กับดูการสังคายนา ณ ประเทศพม่า สมณทูตคณะนี้มีท่าน **สังฆราชตาคา ชินา** เป็นประธาน

หลังจากการเยี่ยมคำนับท่านเจ้าคุณพ่อเมื่อ ๑๖ มิถุนายน **๒๔๙๗** เวลา ๑๘.๐๐ น. แล้ว ข้าพเจ้าได้รับการเชื้อเชิญจากภิกษุญี่ปุ่นรูปหนึ่งซึ่งเป็นผู้สนใจในวิชาสมถวิปัสสนาตามแบบของสำนักเรานี้ ขอให้ไปพบกับท่าน เพื่อสนทนาแลกเปลี่ยนความรู้กันที่โรงแรมชิโตเซะ ถนนนเรศ

ข้าพเจ้าได้รับเชิญให้เข้าพบท่านสังฆราชกับคณะ เรื่องโดยมากที่สนทนากันมีสาระสำคัญเกี่ยวกับวิชาเจริญสมถวิปัสสนา ในระหว่างการสนทนานั้น ท่านเลขานุการของพระสังฆราชเป็นผู้มีความสนใจเป็นพิเศษถึงกับหาสมุดมาจดบันทึกข้อความ ท่านผู้นี้ได้ถามถึงจุดที่ตั้งของจิตขณะเจริญสมาธิตามแบบของวัดปากน้ำ

เป็นที่สนใจแก่สังฆราชญี่ปุ่น ถึงกับกล่าวว่าวิธีของวัดปากน้ำนี้ดีมากและจะได้ใช้แบบของวัดเรานี้ในกาลต่อไป กับได้ชี้แจงให้คณะของเราทราบว่า วิธีของนิกาย "โซโต" นั้น ได้กำหนดที่ตั้งของจิตที่บริเวณหน้าผากหรือดั้งจมูก ซึ่งต่างกว่าแบบของวัดเรา ต่อจากนั้นคณะทูตได้ขอให้ข้าพเจ้าอธิบายถึงวิธีดำเนินการปฏิบัติการเจริญสมถวิปัสสนา ซึ่งข้าพเจ้าได้ชี้แจงให้พอเป็นสังเขปตามแบบของท่านเจ้าคุณพ่อ

ในระหว่างการสนทนาโต้ตอบ ท่านเลขานุการของพระสังฆราชได้แสดงความจำนงใคร่จะทราบว่า "**บิดาของท่านซึ่งได้ถึงแก่กรรมไปนานแล้ว บัดนี้อยู่ ณ ที่ใด ?**" ดังนั้นข้าพเจ้าจึงชักชวนให้คณะสมณทูตทั้งหมด ทดลองทำการเจริญสมถวิปัสสนาตามแบบของวัดเราดูบ้าง คณะสมณทูตมีความยินดีจะปฏิบัติตามคำเชื้อเชิญ จึงพากันเข้าไปสู่ห้องสงัดห้องหนึ่ง แล้วเริ่มเจริญสมถวิปัสสนาธรรมกันทันที ข้าพเจ้าได้กำหนดให้เขาปฏิบัติโดยนั่งขัดสมาธิแล้วหลับตาเจริญสมถวิปัสสนาธรรม กับได้ชี้แจงวิธีการแก่คณะสมณทูตโดยลำดับไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งท่านเลขานุการพระสังฆราช ซึ่งต้องการทราบว่าบิดาของท่านล่วงลับไปแล้วอยู่ ณ ที่ใดนั้น ข้าพเจ้าได้แจ้งวิธีสอบสวนหาที่อยู่ของบิดาของท่านให้ทราบโดยละเอียดเป็นพิเศษ

๑ปัจจุบันคือ **พระภาวนาโกศลเถร** รองเจ้าอาวาสและพระอาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนาธุระ วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ ธนบุรี

การนั่งภาวนาเจริญสมถวิปัสสนาธรรมได้ดำเนินไปจนถึงขั้นสุดท้าย ท่านเลขานุการพระสังฆราชกลับลืมตาขึ้น เบ้าตาทั้งสองของท่านเต็มเปี่ยมไปด้วยน้ำตา พร้อมกับได้พึมพำด้วยความตื้นตันใจว่า "**ตั้งแต่ข้าพเจ้าเกิดมาจนบัดนี้ ไม่เคยได้พบความสุขใดยิ่งไปกว่าที่ได้เข้าถึงพระนิพพานท่ามกลางพุทธสาวก ดังที่ได้ประสบมาเมื่อสักครู่นี้เลย**"

โลโภ โทโส จ โมโห จ ปุริสํ ปาปเจตสํ
หิสนฺติ อตฺตสมฺภูตา จตสารํว สมฺผลํ

โลภะ โทสะ โมหะ เกิดจากตัวเอง ย่อมเบียดเบียนผู้มีใจชั่ว ดุจขุยไผ่ฆ่าต้นไผ่ฉะนั้น

(พุทฺธ ขุ. อิต. ๒๕/ ๒๖๔ ; ขุ. มหา. ๒๙/ ๑๘)

คำนำ

อาตมาภาพมีความยินดีที่หนังสือ **พุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย** นี้ได้รับการจัดพิมพ์ขึ้นสำเร็จด้วยดี เพื่อให้เป็นแนวทางในการศึกษาและปฏิบัติธรรมแก่สาธุชนให้เกิดปัญญารู้แจ้งในพระสัจจธรรมตามที่เป็นจริงอันจะมีผลให้สามารถระงับและดับเหตุแห่งทุกข์ทั้งหลายให้หมดสิ้นลงได้โดยเด็ดขาด

หนังสือเล่มนี้ ความจริงก็พัฒนามาจากหนังสือ "**ธรรมสู่สันติ**" เล่มเดิม ซึ่งได้รวบรวมรายการวิทยุ "**ธรรมสู่สันติ**" มาจัดพิมพ์เป็นเล่มอยู่ก่อนแล้วนั่นเอง และมาได้รับการพัฒนาปรับปรุงให้เหมาะสมโดยตัดส่วนที่ไม่จำเป็นออก แล้วเพิ่ม **พระธรรมเทศนา** ว่าด้วยพระพุทธคุณ พระธรรมคุณ และพระสังฆคุณ ซึ่งแสดงโดยพระเดชพระคุณ**หลวงพ่อวัดปากน้ำ พระมงคลเทพมุนี** (สด จนฺทสโร) ในสมัยที่พระเดชพระคุณหลวงพ่อยังดำรงพระสมณศักดิ์เป็น "พระครูสมณธรรมสมาทาน" เข้าไว้ในหนังสือนี้ด้วย จึงเป็นหนังสือที่มีสารประโยชน์และคุณค่าแก่ผู้สนใจศึกษาและปฏิบัติธรรมอย่างยิ่ง ด้วยว่า**พระธรรมเทศนาของพระเดชพระคุณหลวงพ่อนี้ได้ชี้แนวทางของการศึกษาและปฏิบัติธรรมตามแนววิชชาธรรมกายของพระพุทธเจ้า** ซึ่งพระเดชพระคุณหลวงพ่อเป็นผู้ค้นพบ ภายหลังจากการที่ได้ศึกษาและปฏิบัติธรรมอย่างอุกฤษฏ์มาแล้วว่า **คำว่า "ตรัสรู้" นั้น จักต้องปฏิบัติภาวนาจนถึงขั้นให้สามารถได้ "ทั้งเห็นและทั้งรู้" โดยอาศัยปัจจัยทั้งภายนอกและภายใน จึงจะสามารถเจริญปัญญารู้แจ้งในสภาวะของธรรมชาติทั้งที่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่งและทั้งที่ไม่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่งได้อย่างทะลุปรุโปร่งตามที่เป็นจริง อันให้สามารถเห็นพระอริยสัจจธรรมได้แจ้งชัด และให้สามารถกำจัดอวิชชา กิเลส ตัณหา อุปาทาน อันเป็นเหตุแห่งทุกข์ได้โดยเด็ดขาด และให้ได้บรรลุมรรค ผล นิพพาน อันเป็นแดนเกษม ที่สิ้นสุดแห่งทุกข์ทั้งปวงได้จริง**

อาตมาภาพในนามของคณะผู้บริหาร**โครงการพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย** วัดสระเกศราชวรมหาวิหาร และ **โครงการธรรมปฏิบัติเพื่อประชาชน** วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร ขออนุโมทนาในกุศลเจตนาของคณะผู้ดำเนินการจัดพิมพ์ ได้แก่ รศ. สุกัญญา ตีระวนิช แห่งคณะนิเทศศาสตร์ จุฬาฯ, รศ.ดร. พัฒนะ ภวะนันท์ รศ. ถาวร สุทธิพงศ์ แห่งคณะวิทยาศาสตร์ จุฬาฯ, รศ.ดร. ธีระ เกรอต แห่งคณะวิศวกรรมศาสตร์ จุฬาฯ และอาจารย์เชาวน์ ศรสงคราม ภายใต้การอำนวยการของนายเสริมชัย พลพัฒนาฤทธิ์ ฝ่ายวิจัย สำนักงานสารนิเทศระหว่างชาติแห่งสหรัฐอเมริกา ที่ได้ร่วมแรงร่วมใจกัน เสียสละเวลา กำลังกายและสติปัญญา ช่วยกันปรับปรุง

และจัดพิมพ์หนังสือ **พุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย** นี้สำเร็จลงได้ด้วยดี และขออำนาจคุณพระศรีรัตนตรัยได้โปรดดลบันดาลให้ท่านทั้งหลาย จงมีความสุข และมีความเจริญรุ่งเรืองในบวรพระพุทธศาสนายิ่ง ๆ ขึ้นไป เทอญ.

พระภาวนาโกศลเถร

(พระภาวนาโกศลเถร)

รองประธาน

โครงการพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย วัดสระเกศราชวรมหาวิหาร

โครงการธรรมปฏิบัติเพื่อประชาชน วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ กรุงเทพฯ

สารบาญ

		หน้า
ภาคที่ ๑	**พระธรรมเทศนา**	
	โดย พระเดชพระคุณพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร)	๑
ภาคที่ ๒	**พุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย**	
	จาก รายการ "ธรรมสู่สันติ"	๓๗
ตอนที่ ๑	อารัมภบท	๓๙
ตอนที่ ๒	การเจริญภาวนาธรรมตามแนววิชชาธรรมกาย ช่วยส่งเสริมสุขภาพจิต	๔๘
ตอนที่ ๓	การเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกายช่วยให้ผู้ปฏิบัติสามารถประกอบกิจการงานดีขึ้น	๕๑
ตอนที่ ๔	อุปกิเลสของสมาธิ ๑๑ ประการ	๕๔
ตอนที่ ๕	อุปกิเลสของสมาธิประการที่ ๑ วิจิกิจฉา–ความลังเลสงสัย	๕๗
ตอนที่ ๖	อุปกิเลสของสมาธิ (ต่อ)	๖๐
ตอนที่ ๗	อุปกิเลสของสมาธิ (ต่อ)	๖๓
ตอนที่ ๘	คุณค่าของการเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกาย ช่วยให้เจริญปัญญาจากการที่ได้ทั้งรู้และทั้งเห็นความจริงตามสภาพที่เป็นจริง	๖๕
ตอนที่ ๙	คุณค่าของการเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกาย ช่วยให้เจริญปัญญาจากการที่ได้ทั้งรู้และทั้งเห็นความจริงตามสภาพที่เป็นจริง (ต่อ)	๖๘
ตอนที่ ๑๐	คุณค่าของการเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกาย ช่วยส่งเสริมสุขภาพกาย	๗๑
ตอนที่ ๑๑	ระเบียบปฏิบัติในการรับไตรสรณคมน์และศีล	๗๔
ตอนที่ ๑๒	ศีลข้อที่หนึ่ง ความหมาย อานิสงส์ของการรักษาและโทษของการผิดศีล	๗๗
ตอนที่ ๑๓	ศีลข้อที่หนึ่ง (ต่อ)	๘๐
ตอนที่ ๑๔	ศีลข้อที่สอง ความหมาย อานิสงส์ของการรักษาและโทษของการผิดศีล	๘๓
ตอนที่ ๑๕	ศีลข้อที่สาม ความหมายขององค์ศีล	๘๖

		หน้า
ตอนที่ ๑๖	ศีลข้อที่สาม (ต่อ) อานิสงส์ของการรักษา และโทษของการผิดศีล	๙๐
ตอนที่ ๑๗	ศีลข้อที่สี่ ความหมายขององค์ศีล อานิสงส์ของการรักษา และโทษของการผิดศีล	๙๔
ตอนที่ ๑๘	ศีลข้อที่ห้า ความหมายขององค์ศีล อานิสงส์ของการรักษา และโทษของการผิดศีล	๙๖
ตอนที่ ๑๙	ศีลข้อที่ห้า (ต่อ) อานิสงส์ของการรักษา และโทษของการผิดศีล	๙๙
ตอนที่ ๒๐	ศีลข้อที่ห้า (ต่อ) โทษ ทุกข์ อันเกิดแก่การผิดศีล	๑๐๒
ตอนที่ ๒๑	สรุปอานิสงส์ของการรักษาศีล และโทษของการผิดศีล	๑๐๖
ตอนที่ ๒๒	การรักษาศีลในระดับต่าง ๆ กัน	๑๐๘
ตอนที่ ๒๓	ศีลเป็นเครื่องบำรุงอริยมรรค	๑๑๑
ตอนที่ ๒๔	สีลานุสสติ	๑๑๔
ตอนที่ ๒๕	การเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกาย ช่วยให้รักษาศีลบริสุทธิ์และสมบูรณ์ดีเร็วขึ้น	๑๑๗
ตอนที่ ๒๖	ปกติศีล อธิศีล วิมุตติศีล : ศีลรู้ ศีลเห็น	๑๒๑
ตอนที่ ๒๗	อธิศีล อธิจิต อธิปัญญา	๑๒๔

ภาคผนวก

วิธีบูชาพระของขวัญ พระผงธรรมขันธ์ พระพุทธรูปธรรมกาย และสมเด็จพระธรรมกาย	๑๒๙
พระพุทธภาษิต	๑๓๕
พระธรรมเทศนา เรื่อง อริยธนคาถา	๑๔๓
ประสบการณ์ของผู้ถึงธรรมกาย	๑๕๕
วิธีรักษาอุโบสถศีล	๑๕๙

ภาคที่ ๑ พระธรรมเทศนา

โดย พระเดชพระคุณพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร)

พระธรรมเทศนา

เรื่อง

พระพุทธคุณ พระธรรมคุณ พระสังฆคุณ

โดย

พระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร)

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมา สมฺพุทฺธสฺส

อิติปิโส ภควา ฯลฯ พุทฺโธ ภควาติ

ณ บัดนี้ จะได้แสดงธรรมกถา ว่าด้วย **พระพุทธคุณ พระธรรมคุณ พระสังฆคุณ** เพื่อประดับสติปัญญาและปสาทะแห่งท่านสัปปุรุษพุทธศาสนิกชนทั้งหลาย ผู้มีความเลื่อมใสในพระพุทธศาสนา จักแสดงตามลำดับพระบาลีที่ยกไว้ข้างต้น เริ่มแต่คำว่า อิติปิโส ภควา ไปจนจบ แต่การแสดงจะหนักไปในทางปฏิบัติ เพื่อมุ่งประโยชน์แก่ผู้ปฏิบัติเป็นส่วนใหญ่

คำว่า **คุณ** ในที่นี้หมายความว่ากระไร เมื่อพิเคราะห์ดูตามถ้อยคำในบาลีนี้แล้ว หมายความว่า **ความดี ความงาม ที่ควรเทอดทูนเคารพบูชา** ความดีความงามของพระพุทธเจ้า ๙ ประการ ของพระธรรม ๖ ประการ ของอริยสงฆ์ ๙ ประการ ตามที่ปรากฏในพระบาลีนี้ จักได้แสดงแต่ละประการเป็นลำดับไป เริ่มต้นพระพุทธคุณก่อน ซึ่งตั้งต้นด้วยคำว่า อรหํ ตลอดจนจบสังฆคุณ

สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเรา ที่มีพระเกียรติคุณเฟื่องฟู จนเป็นที่เคารพสักการะของมวลเทวดา อินทร์ พรหม และมนุษย์มาจนตราบเท่าทุกวันนี้ มิใช่เพราะเหตุที่พระองค์เป็นกษัตริย์ แต่เป็นเพราะเหตุอื่น เหตุอื่นคืออะไร ก็คือเหตุที่พระองค์สละราชสมบัติออกบรรพชา ประกอบพระมหาวิริยะความเพียรอันแรงกล้า จนได้บรรลุพระโพธิญาณ ณ ควงไม้พระศรีมหาโพธิ์ เมื่อวันวิสาขะปุรณมีเพ็ญเดือน ๖ นั้นเอง พระองค์ได้ตรัสรู้เญยยธรรมทั้งปวง ในเวลารุ่งอรุณวันนั้น คุณงามความดีของพระองค์ได้บังเกิดขึ้นในพระองค์ตั้งแต่วันนั้นเป็นลำดับมา จนตราบเข้าเสด็จดับขันธปรินิพพาน รวมเป็น ๙ ประการด้วยกัน

อรหํ

อรหํ เป็นพระคุณข้อต้น มีนัยดังจะแสดงต่อไปนี้

อรหํ เป็นเนมิตกนาม เกิดขึ้นเองพร้อมกับที่พระองค์บรรลุพระโพธิญาณ ยกตัวอย่างเทียบเคียงคล้ายกับชื่อพระราชกุมารีของพระเจ้าปเสนทิโกศล ชื่อว่า "มัลลิกา" กล่าวคือว่าวันที่พระนางเธอประสูตินั้น มีดอกมะลิร่วงลงมาจากอากาศในเวลาเกิด พระราชบิดาและพระประยูรญาติถือเอานิมิตดอกมะลินั้นขนานนามธิดาองค์นั้นว่า "มัลลิกา" ซึ่งแปลว่าพระนางมะลิ

อรหํ เป็นคำที่พวกเรานักปฏิบัติธรรมเชิดชูกันนักหนา ถึงแก่ได้นำมาใช้เป็นบทบริกรรมภาวนาในเมื่อนั่งสมาธิ ฉะนั้น จึงขอนำมาแปลไว้ในที่นี้เพื่อได้ซาบซึ้งถึงพระคุณนามข้อนี้ไว้บ้าง แต่การจะพรรณนาให้สิ้นสุดได้ เมื่อคิดเทียบแล้วก็เท่ากับอากาศในปีกนก กล่าวคือ บรรดาอากาศทั้งหลายในสากลโลก มีมากสุดที่จะคณนา แต่คิดเฉพาะอากาศเท่าที่ปีกนกกระพือขณะที่บินหนหนึ่ง จะมีอากาศอยู่ในระหว่างปีกนกนิดเดียว ในจำนวนอากาศทั้งหลาย นี่ฉันใดก็ฉันนั้น

อรหํ แปลสั้น ๆ ว่าไกล ว่าควรเป็นสองนัยอยู่ "**ไกล**" หมายความว่า **ไกลจากกิเลส** หรือว่า **พ้นจากกิเลส** เสียแล้ว "ไกล" ตรงกันข้ามกับปุถุชนคนเรา ซึ่งยังอยู่ใกล้ชิดกิเลส พระองค์บริสุทธิ์ผุดผ่องดังแท่งทองชมพูนุท หรืออีกอย่างหนึ่งว่าใสเหมือนดวงแก้วอันหาค่ามิได้ สมคำที่ว่า **พุทธรัตนะ** ประกอบด้วย **ตาทิโน** เป็นผู้คงที่ไม่หวั่นไหว หากจะมีของหอมมาชะโลมไล้พระวรกายซีกหนึ่ง และเอาของเหม็นมาชะโลมซีกหนึ่ง พระหฤทัยของพระองค์ก็ไม่แปรผันยินดียินร้ายประการใด และเปรียบได้อีกสถานหนึ่งว่า **อินฺทขีลูปโม** พระทัยมั่นคงดังเสาเขื่อน ถึงจะมีพายุมาแต่จาตุรทิศก็ไม่คลอน เมื่อเช่นนี้จึงมีนัยที่แปลได้อีกอย่างหนึ่งว่าเป็นผู้ควร คือเป็นผู้ที่เราสมควรจะเทอดจะบูชาไว้เหนือสิ่งทั้งหมด อรหํ เป็นนามเหตุ พระคุณนามนอกนั้นเป็นนามผล

ว่าในด้านภาวนา กายนี้มีซ้อนกันเป็นชั้น ๆ มีกายทิพย์ซ้อนอยู่ในกายมนุษย์ กายรูปพรหมซ้อนอยู่ในกายทิพย์ กายอรูปพรหมซ้อนอยู่ในกายรูปพรหม กายธรรมซ้อนอยู่ในกายอรูปพรหม คนเราที่ว่าตายนั้น คือ กายทิพย์กับกายมนุษย์หลุดพรากออกจากกัน เหมือนมะขามกะเทาะล่อนจากเปลือก ฉะนั้น กายทิพย์ก็หลุดจากกายมนุษย์ไป

การละกิเลสของพระองค์หลุดไปเป็นชั้น ๆ ตั้งแต่กิเลสในกายมนุษย์ กายทิพย์ กายรูปพรหม กายอรูปพรหมเป็นลำดับไป กิเลสในกายมนุษย์ คือ อภิชฌา พยาบาท มิจฉาทิฏฐิ กิเลสในกายทิพย์ คือ โลภะ โทษะ โมหะ กิเลสในกายรูปพรหม คือ ราคะ โทษะ โมหะ กิเลสในกายอรูปพรหม คือ กามราคานุสัย ปฏิฆานุสัย อวิชชานุสัย ต่อแต่นี้ไปจึงชักเข้าถึงกายหนึ่ง คือ กายธรรมหรือเรียกว่า ธรรมกาย เข้าชั้นโคตรภูจิต เรียกว่าโคตรภูบุคคล ๆ นี้

เดินสมาบัติ เพ่งอริยสัจสี่เป็นอนุโลม ปฏิโลม จนหลุดพ้นจากกิเลสพวก สักกายทิฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาสแล้ว ตกสูญวับกลับเป็นพระโสดาบัน เป็นอันว่าพระโสดาบันละกิเลสได้ ๓ คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส แล้วกายโสดาบันนี้เดินสมาบัติเพ่งอริยสัจสี่เป็นอนุโลม ปฏิโลม ต่อไปถึงขีดสุด ละกิเลสได้อีก ๒ คือ กามราคะ พยาบาท ชั้นหยาบ จึงเลื่อนชั้นขึ้นเป็นสกทาคามี กายพระสกทาคามีเดินสมาบัติ เพ่งอริยสัจสี่ทำนองเดียวกันนั้นต่อไป ถึงขีดสุดละกิเลสได้อีก ๒ คือ กามราคะ พยาบาท ขั้นละเอียด จึงเลื่อนชั้นเป็นพระอนาคามี แล้วกายพระอนาคามีเดินสมาบัติเพ่งอริยสัจสี่ทำนองเดียวกันนั้นต่อไป ถึงขีดสุดละกิเลสได้อีก ๕ คือ รูปราคะ อรูปราคะ มานะ อุทธัจจะ อวิชชา จึงเลื่อนขึ้นจากพระอนาคามี เป็นพระอรหันต์ จิตของพระองค์บริสุทธิ์ผุดผ่อง ปราศจากกิเลสทั้งมวล จึงได้พระเนมิตกนามว่า อรหํ (จะกล่าวละเอียดในตอนสังฆคุณ)

เหตุที่ทำให้พระองค์เป็น อรหํ นั้น สรุปโดยย่อ ก็ได้แก่การที่พระองค์บำเพ็ญสมาธิเจริญวิปัสสนาด้วยพระมหาปธานวิริยะอันแรงกล้า ณ โคนไม้พระศรีมหาโพธิ์ในวันวิสาขปุรณมีนั้นโดยความเด็ดเดี่ยว ตั้งพระหฤทัยอธิษฐานว่า แม้เนื้อและเลือดในพระสรีระของพระองค์จะเหือดแห้ง เหลือแต่ เส้น เอ็น หนัง และกระดูกก็ตามทีเถิด หากไม่ได้บรรลุพระสัมโพธิญาณตราบใด พระองค์จะไม่ยอมลุกจากที่นั้นเป็นอันขาด แล้วพระองค์ก็ทรงนั่งสมาธิรุดไปด้วยน้ำพระทัยอันเด็ดเดี่ยว ในที่สุดก็ได้บรรลุพระสัมโพธิญาณสมดังพระประสงค์ ในราตรีกาลแห่งวันวิสาขปุรณมีนั้นเอง ยามต้นทรงบรรลุปุพเพนิวาสานุสติญาณ ความหยั่งรู้ระลึกชาติหนหลังได้ ยามที่ ๒ ทรงบรรลุจุตูปปาตญาณ ความหยั่งรู้ถึงความจุติและความเกิด ยามที่ ๓ ทรงบรรลุอาสวักขยญาณ ความหยั่งรู้ที่กำจัดอาสวะกิเลสที่หมักหมมอยู่ในจิตให้หมดสิ้นไป ทรงรู้เห็นแจ่มแจ้งหมด เห็นจริง ๆ เห็นด้วยตาของธรรมกาย ไม่ใช่เห็นด้วยตามนุษย์ หรือคิดคาดคะเนเอา เห็นตลอดทั่วโลกมนุษย์ โลกสวรรค์ โลกนรก เพราะพระองค์ได้ผ่านพ้นโลกเสด็จออกสู่แดนพระนิพพานแล้ว จึงเห็นได้ทั่วถ้วนโดยมิสงสัย

สัมมา สัมพุทโธ

สัมมา สัมพุทโธ แปลตามศัพท์ว่า ตรัสรู้ด้วยพระองค์เองโดยชอบ หรือนัยหนึ่งว่า **ตรัสรู้เองโดยถูกต้อง** หรือพูดให้สั้นก็ว่า รู้ถูกเอง เพื่อให้ใกล้กับภาษาสามัญที่ใช้กันว่า รู้ผิดรู้ถูก ได้แก่คำที่พูดติเตียนคนที่ทำอะไรผิดพลาดไปว่าเป็นคนไม่รู้ถูกรู้ผิด ทำไปอย่างโง่ ๆ ดังนี้เป็นต้น แต่แท้จริง "พุทโธ" คำนี้เมื่อพิเคราะห์ให้ลึกซึ้งลงไปตามรูปศัพท์แล้ว มีความหมายลึกซึ้งมากต่างกันไกลกับคำว่า ชานะ หรือ วิชานะ ซึ่งแปลว่ารู้แจ้งนั้น ดังนั้น พุทโธ จึงได้แปลกันว่า "ตรัสรู้" ไม่ใช่รู้เฉย ๆ เติมคำว่า "ตรัส" นำหน้า "รู้" ซึ่งสะกิดให้สนใจว่า "รู้" กับ "ตรัสรู้"

๒ คำนี้ มีความหมายลึกตื้นกว่ากันแน่ โดยมิสงสัย เมื่อระลึกถึงพระบาลีในธรรมจักกัปป-วัตตนสูตรที่ว่า "จกฺขุํ อุทปาทิ ญาณํ อุทปาทิ ปญฺญา อุทปาทิ วิชฺชา อุทปาทิ อาโลโก อุทปาทิ ฯ" จึงทำให้แลเห็นความว่า คุณวิเศษทั้ง ๕ อย่างดังบาลีที่ยกขึ้นกล่าวนี้ จะเป็นความหมายแห่งคำว่า **พุทโธ** กล่าวคือ จกฺขุํ ญาณํ ปญฺญา วิชฺชา อาโลโก ทั้ง ๕ อย่างนี้ประมวลเข้าด้วยกัน รวมเป็นคำแปลของคำว่า **พุทโธ** หรือจะแปลให้สั้นเข้าอีก คำว่า **พุทโธ** ก็ยังต้องแปลว่า **ทั้งรู้ทั้งเห็น** ไม่ใช่รู้เฉย ๆ อาศัยคำว่า จกฺขุํ ญาณํ ในบาลีที่ยกขึ้นกล่าวมานั้นเป็นเครื่องประกอบ ยิ่งกว่านั้นยังมีคำว่า ชานตา ปสฺสตา ฯ ในมหาสติปัฏฐานสูตรอยู่อีก ซึ่งเป็นเหตุสนับสนุนว่า ที่ว่าพระพุทธเจ้าตรัสรู้นั้นไม่ใช่รู้เฉย ๆ เป็นทั้งรู้ทั้งเห็น

ที่ว่า "เห็น" นั้นมิได้หมายความว่าเห็นอย่างตาเราเห็นอะไรจริง ๆ แต่ **พระองค์เห็นด้วยตาธรรมกาย** และ **การที่พระองค์เห็นนี้** โดยมิได้มีผู้ใดสอนให้รู้สอนให้เห็น **รู้เห็นโดยลำพังพระองค์เอง** และ **สิ่งทั้งหลายที่พระองค์รู้เห็นนั้น ตรงตามความเป็นจริงทั้งนั้น มิใช่คาดคะเนหรืออนุมานเอา จึงเป็นองค์สัมมาสัมพุทโธ พระผู้ตรัสรู้เองโดยชอบ** หรือนัยหนึ่งว่า โดยถูกต้องตรงตามความเป็นจริงทุกประการ จึงได้ชื่อว่า "**ตรัสรู้**" ยังมีคำว่า "**สัม**" นำหน้า "**พุทธะ**" เติมเข้ามาอีกคำหนึ่ง ซึ่งแปลว่า ด้วยพระองค์เอง คือไม่ต้องมีผู้สั่งสอน พระองค์ทำอย่างไร จึงตรัสรู้ด้วยพระองค์เองเช่นนั้น ข้อนี้ตอบไม่ยาก พระองค์ตรัสรู้ด้วยพระองค์เองได้ ก็เพราะความเป็น "**อรหํ**" ของพระองค์ดังกล่าวมาข้างต้นแล้วนั่นเอง คือ เมื่ออำนาจสมาธิทำให้จิตของพระองค์หลุดพ้นจากอาสวะแล้ว **จิตของพระองค์ก็ใสยิ่ง หยุด และบริสุทธิ์ผุดผ่อง เพราะหยุดนิ่งนั่นเอง จึงมีสิ่งหนึ่งผุดขึ้นในนิ่ง ทำให้รู้ พระองค์ก็รู้ตามนั้นไป** น้ำขุ่นแม้อิฐสักก้อนหนึ่งอยู่ก้นโอ่งเราก็มองไม่เห็น แต่ถ้าน้ำนั้นนอนนิ่งใสบริสุทธิ์แล้ว แม้แต่เข็มอยู่ก้นโอ่งเราก็เห็นฉันใดก็ฉันนั้น

ยังมีคำว่า "**สัมมา**" นำหน้า "**สัมพุทโธ**" อีกคำหนึ่ง คำว่า **สัมมา** แปลว่า **โดยชอบ** หรือ **โดยถูกต้อง** พระองค์ตรัสอะไร มีเหตุผลยันกันได้เสมอ จึงได้ชื่อว่าถูกต้อง เพราะการพูดอะไรไม่มีเหตุผลรับสมหรือยันกันได้แล้ว ตามหลักธรรมดาเรียกว่าไม่ถูก ต้องมีเหตุผลรับสมกันจึงจะนับว่าถูก พระสัทธรรมคำสอนของพระองค์ มีเหตุผลรับสมกันอยู่เสมอไม่คลาดเคลื่อน จึงสมควรแล้วที่ได้พระเนมิตกนามว่า สัมมาสัมพุทโธ

พระพุทธวจนะที่ควรนำมาสาธกในที่นี้ ว่าแต่โดยสั้น ๆ ก็ว่า พระองค์ตรัสรู้เหตุ ตรัสรู้ผล ไม่ใช่รู้แต่เหตุหรือรู้แต่ผล **พระองค์ตรัสรู้ทั้งเหตุตรัสรู้ทั้งผล** ที่ว่านี้ คืออะไร **เหตุสุข เหตุทุกข์ เหตุไม่สุขไม่ทุกข์** หรือเรียกว่าอัพยากฤต คือ สภาพเป็นกลาง ๆ ทั้ง ๓ อย่างนี้ เป็นรากฐานแห่งการตรัสรู้ของพระองค์ กล่าวคือ สุข พระองค์ไม่ทรงรู้แต่สุขเฉย ๆ ตรัสรู้ลึกซึ้งเข้าไปถึงว่าอะไรเป็นเหตุให้เกิดสุขด้วย และอีก ๒ ประการนั้นก็เช่นเดียวกัน รู้ทั้งเหตุ รู้ทั้งผลคู่กันไป เป็นต้นว่าสุขเป็นผลคือความสบายกายสบายใจ อะไรเล่าเป็นเหตุที่ให้เกิดผลคือสุขดังกล่าวนั้น

พระองค์ตรัสไว้ว่า อโลภะ อโทษะ อโมหะ ไม่โลภ ไม่โกรธ ไม่หลง (แปลอย่างย่อที่สุด) ๓ ประการนี้แหละเป็นเหตุ ดังมีบาลีเป็นที่ยืนยันว่า กุสลาธมฺมา อกุสลาธมฺมา อพฺยากตาธมฺมา เป็นอาทิ โลภ โกรธ หลงเป็นฝ่ายอกุศล ตรัสว่าเป็นเหตุแห่งทุกข์ เราปุถุชนมักรู้กันแต่ผลสาวหาเหตุไม่ใคร่ถึง เช่น คนทำโจรกรรมแล้ว ไปต้องโทษอย่างมาก ที่รู้กันทั่วไปมักอยู่ในขั้นหยาบ ๆ ว่า ผลที่ต้องได้รับทุกข์คือการต้องโทษนั้น เนื่องมาจากโจรกรรม แต่แท้จริงเหตุเท่านั้นยังไม่พอ ต้องสาวเข้าไปอีก ทำไมเขาจึงทำโจรกรรม ก็จะได้ความว่าเพราะโลภะเป็นมูลเหตุ แต่ก็ยังไม่พอ เมื่อสาวเข้าไปอีกว่าทำไมโลภะจึงครอบงำเขาได้ ก็จะได้ความว่าจิตใจของเขาสกปรก ทำไมจิตใจของเขาจึงสกปรก จึงได้เหตุว่าเพราะเขาไม่ประพฤติตามโอวาทพระบรมศาสดา อย่างน้อยก็เป็นคนทุศีล อทินนาทานขาดไปเสียองค์หนึ่งแล้ว เหตุใดเขาจึงเป็นคนทุศีล ก็จะได้ความว่าเขาไม่รู้เรื่องศีลหรือรู้แล้วไม่นำพา ทำไมจึงไม่รู้เรื่องศีล ก็อาจเป็นเพราะเหตุที่เขาไม่เคยอ่านหนังสือทางพระพุทธศาสนาหรือสดับตรับฟังพระธรรมเทศนา ฯลฯ ดังนี้เป็นต้น พระองค์ทรงสอนไว้ละเอียดถี่ถ้วนว่า ให้รู้เท่าถึงเหตุผล รู้ว่าผลนี้เกิดจากเหตุใด **พระองค์มีแนวสอนให้ปฏิบัติเพื่อละเหตุที่ให้เกิดทุกข์ บำเพ็ญเหตุที่ให้เกิดสุข ตลอดจนวิถีทางดับเหตุทั้งปวงซึ่งเรียกว่านิโรธ**

เพื่อรับสนองข้อความดังกล่าวมา ก็มีถ้อยคำของพระอัสสชิเถระเป็นหลักฐานสนองรับรองพระพุทธวจนะดังกล่าวมา คือภายหลังแต่สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้ใหม่ ๆ พระอัสสชิเถระ ซึ่งเป็นพระสาวก ไปประกาศพระศาสนา ไปพบกับอุปติสปริพาชก ๆ ตั้งกระทู้ถามกันสั้น ๆ ถึงเรื่องพระศาสดาว่าทรงสั่งสอนอย่างไร พระอัสสชิได้ตอบว่า ทรงสอนถึงเหตุและวิถีทางที่จะดับเหตุเหล่านั้น ดังพระบาลีว่า เย ธมฺมา เหตุปฺปภวา เตสํ เหตุํ ตถาคโต ฯลฯ หรือพูดอย่างสั้นอีกนัยหนึ่งว่า พระองค์สอนให้รู้ว่า อะไรชั่ว อะไรดี อะไรเป็นเหตุของความชั่ว อะไรเป็นเหตุของความดี โลภะ โทษะ โมหะ เป็นเหตุแห่งความชั่วหรือความเสื่อม อโลภะ อโทษะ อโมหะ เป็นเหตุแห่งความดีหรือความเจริญ ทรงสอนว่า ก่อนจะพูด คิดหรือทำสิ่งใดจงมีสติ หรือที่เรียกว่าใช้ความคิดให้รอบคอบเสียก่อนจึงพูด จึงคิด จึงทำการนั้น ๆ แลว่าโดยเฉพาะ จงระวังเรื่อง โลภะ โทษะ โมหะ นั้นไว้อย่าให้เข้าครอบงำได้ ในเมื่อจะทำ พูด คิดการสิ่งใด พระองค์ทรงสอนไว้ในทางปรมัตถ์ว่า ธรรมดาจิตนั้นใสบริสุทธิ์อยู่เสมอ ซึ่งหมายความว่าจิตที่ไม่มีกิเลสผสม ส่วนพวกกิเลส เช่น โลภะ ฯ เรียกว่าเป็นของจรมา เมื่อมาพ้องพานจิตก็ย้อมจิตให้เป็นไปตามสภาพอันชั่วช้าของกิเลสนั้น ๆ **จิตระคนด้วยราคะ** หรือ **โลภะ มีสีแดงระคนด้วย โทสะ สีดำ ระคนด้วย โมหะ ขุ่นเหมือนตมหรือน้ำล้างเนื้อ สิ่งเหล่านี้พระองค์ใช้ตาธรรมกายมองเห็นจริง ๆ** พวกเราเหล่าศาสนิกชน เมื่อเรียนภาวนาเพ่งถึงขนาด จะเห็นจริงด้วยตนเอง การปฏิบัติกิจทางภาวนานั้นก็คือพยายามกลั่นเอากิเลสออกเสียจากจิต ให้จิตใจบริสุทธิ์อันได้ชื่อว่ากิริยาจิต กิริยาจิตเช่นนี้เป็นอัพยากฤตแล้ว ต่อนั้นไปจะเป็นจิตที่ควรแก่การทุกอย่าง

พระธรรมเทศนาของพระองค์เมื่อตอนตรัสรู้ใหม่ ๆ หนักไปในทางแสดงเหตุ และการดับเหตุ หรือที่เรียกว่า **สมุทัย** กับ **นิโรธ** ดังเช่นในการให้พิจารณาเรื่องสังขาร ในด้าน **สมุทัย** ว่า **อวิชชา ปัจจยา สังขาราฯ** และในด้าน **นิโรธ** ว่า **อวิชชาเตฺวว อเสสวิราคนิโรธา**

ในด้าน **สมุทัย** นั้น แปลความเป็นสยามภาษาว่า **อวิชชาเป็นปัจจัยให้เกิดสังขาร สังขารเป็นปัจจัยให้เกิดวิญญาณ วิญญาณเป็นปัจจัยให้เกิดนามรูป นามรูปเป็นปัจจัยให้เกิดอายตนะ ๖ อายตนะ ๖ เป็นปัจจัยให้เกิดผัสสะ ผัสสะเป็นปัจจัยให้เกิดเวทนา เวทนาเป็นปัจจัยให้เกิดตัณหา ตัณหาเป็นปัจจัยให้เกิดอุปาทาน อุปาทานเป็นปัจจัยให้เกิดภพ ภพเป็นปัจจัยให้เกิดชาติ ชาติเป็นปัจจัยให้มีความแก่ ความตาย และความเศร้าโศกต่าง ๆ** สิ่งเหล่านี้จะดับได้ก็เพราะดับชาติ ๆ ดับได้ก็เพราะดับภพ ๆ จะดับได้ก็เพราะอุปาทานดับ อุปาทานจะดับได้เพราะตัณหาดับ ตัณหาจะดับได้ก็เพราะเวทนาดับ เวทนาจะดับได้เพราะผัสสะดับ ผัสสะจะดับได้ก็ต่อเมื่ออายตนะดับ อายตนะจะดับได้ต่อเมื่อนามรูปดับ นามรูปจะดับได้ต่อเมื่อวิญญาณดับ วิญญาณจะดับได้ต่อเมื่อสังขารดับ สังขารจะดับลงก็เพราะอวิชชาดับ เหตุผลเกิดดับเกี่ยวข้องกันเป็นลูกโซ่เช่นนี้ เรียกว่าปัจจยาการ ที่พระองค์ได้รู้แจ้งแทงตลอดในวันตรัสรู้นั้นทั้งสิ้น พิจารณาตามลำดับ ดังที่ยกขึ้นกล่าวมาข้างต้น เมื่อย่นให้ได้ความเข้าใจอันจะเป็นผลในทางปฏิบัติแล้ว ก็มีตัวสำคัญอันเดียว คือ **อวิชชา** เป็นมูลรากฝ่ายเกิด หรือที่เรียกว่า **สมุทัย** และในทางดับ หรือที่เรียกว่า **นิโรธ** ก็ทำนองเดียวกัน อวิชชา เท่านั้นเป็นตัวการสำคัญ **ถ้าดับอวิชชาได้อย่างเดียว อื่น ๆ ดับเรียบหมด** เพราะอวิชชาเหมือนต้นไฟ แต่ถ้ายังดับอวิชชาไม่ได้แล้ว ก็ไม่มีหวังว่าอย่างอื่นจะดับได้ **ที่หมายสำคัญในคำสอนของพระองค์จึงอยู่ที่ว่า ให้ผู้ปฏิบัติเพียรหาทางกำจัดอวิชชาเสีย จึงจะพ้นจากห้วงลึกคือวัฏสงสารได้**

อเนกชาติ สํสารํ ฯลฯ ในขณะเมื่อแสงทองเรื่อเรืองแข่งแสงเงินขึ้นมายังขอบฟ้าเบื้องบูรพา อันเป็นสัญญาณว่าดวงอาทิตย์เตรียมทำหน้าที่จะส่องโลกอยู่แล้ว เป็นเวลาที่อากาศยะเยือกเย็นสดชื่น ส่งใจเราหวนไประลึกถึงเวลารุ่งอรุณแห่งวันเพ็ญวิสาขมาส อันเป็นวันที่พระบรมโลกนาถอรหันตสัมมาสัมพุทธเจ้าตรัสรู้อนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณนั้น เราจะแลเห็นโอภาสรัศมีอันรุ่งโรจน์ยิ่งกว่าแสงทองนั้นร้อยเท่าพันทวี ช่วงโชติอยู่ภายใต้โพธิพฤกษ์อันมหาศาล ใบเขียวชอุ่มรับกับรัศมีอันเหลืองอร่ามอยู่ภายใต้นั้น ในใจกลางแห่งรัศมีอันช่วงโชติชัชวาลอยู่นั้น มิใช่อื่นไกลคือองค์สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเรา ประทับพริ้มอยู่ด้วยพระอาการชื่นบานพระหฤทัยที่ได้เสวยวิมุตติสุข อันเป็นผลแห่งการที่พระองค์ได้ทรงประกอบพระมหาปธานวิริยะมาเป็นเวลาช้านาน จึงได้บรรลุอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณสมดังพระหฤทัยประสงค์ พระองค์จึงทรงเปล่งพระอุทานเย้ยตัณหาว่า อเนกชาติ สํสารํ ดังที่ได้ยกขึ้นกล่าวไว้ข้างต้นนั้น ซึ่งแปลใจความเป็นสยามภาษาว่า **"เราสืบเสาะหาตัวช่างไม้ผู้สร้างปราสาทมานานแล้ว เมื่อเรายังหาไม่พบเราต้องท่องเที่ยวอยู่ในสงสาร เวียนตายเวียนเกิดอยู่แทบจะนับชาติไม่ถ้วน การเกิดนำความทุกข์มาให้เรา**

แล้ว ๆ เล่า ๆ ไม่รู้จักจบจักสิ้น นี่แน่ะ ท่านนายช่างไม้กล่าวคือตัณหา ! บัดนี้เราเจอะตัวท่านแล้วละ ท่านหมดโอกาสที่จะมาสร้างปราสาท คือ อัตตภาพร่างกายเราต่อไปได้อีกแล้ว กระดูกซี่โครงท่านกล่าวคือกิเลส เราหักเสียกรอบหมดแล้ว มิหนำซ้ำ ยอดปราสาทกล่าวคืออวิชชา เราก็รื้อทำลายหมดสิ้นแล้ว จิตของเราปราศจากเครื่องปรุงแต่งแล้ว เราถึงซึ่งความสิ้นไปแห่งตัณหาแล้ว" พระอุทานนั้นมีข้อความเป็นบุคคลาธิษฐานสั้น ๆ แต่มีอรรถรสลึกซึ้งน่าสนใจเป็นอย่างยิ่ง ที่แปล คหกูฏํ ว่ายอดปราสาท ก็เพื่อความเหมาะสมที่พระองค์เป็นกษัตริย์ เพราะบ้านเรือนของพระมหากษัตริย์เรียกกันว่าปราสาทราชฐาน พระอุทานนั้นมีข้อความชัดเจนแล้วมิจำต้องอธิบาย

วิชชาจรณสัมปันโน

คำว่า **"วิชชาจรณสัมปันโน"** แปลว่า พระองค์ถึงพร้อมด้วยวิชชาและจรณะ คุณวิเศษของพระองค์ในที่นี้แบ่งออกเป็น ๒ ประเภท คือ ๑ **วิชชา** ๒ **จรณะ** อะไรเรียกว่า **วิชชา** วิชชาในที่นี้หมายเอา **ความรู้ที่กำจัดมืดเสียได้** มืดคืออะไร ในที่นี้หมายเอาขันธ์ ๕ คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ตรงกันข้ามกับ **อวิชชา** ที่แปลว่า **ไม่รู้** คือ ไม่รู้ถูกหรือผิด เพราะว่าเข้าไปยึดมั่นในขันธ์ ๕ ว่าเป็นตัวเป็นตน จึงมืดมน ไม่รู้ไม่เห็นของจริงคือนิพพาน ข้อสำคัญอยู่ที่อุปาทาน ซึ่งแปลว่ายึดมั่น คือยึดมั่นในขันธ์ ๕ ถ้ายังตัดอุปาทานไม่ได้ตราบใด ก็คงมืดตื้ออยู่อย่างนั้น ตัดอุปาทานได้มีนิพพานเป็นที่ไปในเบื้องหน้า หรือพูดให้ฟังง่ายกว่านี้ก็ว่า เมื่อตัดอุปาทานเสียได้จะมองเห็นนิพพานอยู่ข้างหน้า **อวิชชาที่แปลว่าไม่รู้นั้นได้แก่ไม่รู้อดีต ปัจจุบัน อนาคต ของสังขาร ไม่รู้ปฏิจจสมุปบาท และอริยสัจจะ**

ขันธ์ ๕ เป็นชื่อของอุปาทาน ถ้าปล่อยขันธ์ ๕ หรือวางขันธ์ ๕ ไม่ได้ก็พ้นจากภพไม่ได้ คงเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในกามภพ รูปภพ อรูปภพ นี้เอง มืดมนวนอยู่ในที่มืด คือโลกนี้เอง ได้ในคำว่า อนฺธภูโต อยํโลโก ซึ่งแปลว่า โลกนี้น่ะมืด ผู้แสวงหาโมกขธรรม ถ้ายังติดขันธ์ ๕ อยู่แล้ว ยังจะพบโมกขธรรมไม่ได้เป็นอันขาด กายมนุษย์ กายทิพย์ กายรูปพรหม กายอรูปพรหม เหล่านี้อยู่ในพวกมีขันธ์ ๕ กล่าวคือ มนุษย์เทวดารูปพรหมอรูปพรหม เหล่านี้อยู่ในพวกมีขันธ์ ๕ สัตว์ดิรัจฉาน สัตว์นรกก็พวกมีขันธ์ ๕ พวกมืดทั้งนั้น ยิ่งในโลกันตนรก เรียกว่ามืดใหญ่ทีเดียว

วิชชา ที่ว่านี้หมายเอา **วิชชา** ๓ คือ ๑ วิปัสสนาวิชชา ๒ มโนมยิทธิวิชชา ๓ อิทธิวิธีวิชชา แต่ถ้านับรวมตลอดถึงอภิญญาซึ่งเป็นประเภทหนึ่งของวิชชาเข้าด้วยกันแล้ว รวมกันเป็น ๘ คือ ๔ ทิพพจักขุวิชชา ๕ ทิพพโสตวิชชา ๖ ปรจิตตวิชชา ๗ ปุพเพนิวาสวิชชา ๘ อาสวักขยวิชชา

ส่วน **จรณะ** นั้น มี ๑๕ คือ ๑ ศีลสังวร ๒ อินทรียสังวร ๓ โภชเนมัตตัญญุตา ๔ ชาคริยานุโยค ๕ ศรัทธา ๖ สติ ๗ หิริ ๘ โอตตัปปะ ๙ พาหุสัจจะ ๑๐ อุปักกโม ๑๑ ปัญญา กับรูปฌาน ๔ จึงรวมเป็น ๑๕

วิปัสสนา ต่อไปนี้จักแสดงถึงวิชชา และจะยกเอา **วิปัสสนาวิชชา** ขึ้นแสดงก่อน "**วิปัสสนา**" คำนี้ แปลตามศัพท์ว่า **เห็นแจ้ง เห็นวิเศษ** หรือนัยหนึ่งว่าเห็นต่าง ๆ เห็นอะไร ? เห็นนามรูป, แจ้งอย่างไร ? แจ้งโดยสามัญลักษณะว่าเป็นของไม่เที่ยง เต็มไปด้วยทุกข์ และเป็นอนัตตา ใช่ตัวตน สัตว์ บุคคล เรา เขา มีข้อสำคัญที่ว่า **เห็นอย่างไร** ? เป็นเรื่องแสดงยากอยู่ เห็นด้วยตาเรานี่หรือเห็นด้วยอะไร ? **ตามนุษย์ไม่เห็น ต้องหลับตาของมนุษย์เสีย ส่งใจไปจดจ่ออยู่ที่ศูนย์ดวงปฐมมรรค** (คำว่าปฐมมรรคนี้ได้มาจากบาลีในสนธิกับประโยคว่า "ตตฺราย มาทิ" ซึ่งแปลกันมาว่า อยํปฐมมคฺโค อันว่าปฐมมรรคนี้ อาทิภวติ มีอยู่เป็นเบื้องต้น ตตฺรนิพฺพาเน ในพระนิพพาน) เห็น จำ คิด รู้ มีอยู่ในดวงปฐมมรรคนั้น ตากายทิพย์ รูปพรหม อรูปพรหมไม่เห็น ก็เพราะว่าพวกเหล่านี้ยังไม่พ้นโลก เสมือนลูกไข่อยู่ในกระเปาะไข่ จะให้แลลอดออกไปเห็นข้างนอกย่อมไม่ได้ เพราะอยู่ในกระเปาะของตัว เพราะโลกมันบัง ด้วยเหตุว่าโลกมันมืดดังกล่าวมาแล้วข้างต้น พวกเหล่านี้จึงไม่สามารถจะเห็น กล่าวคือ **พวกที่บำเพ็ญได้จนถึงชั้นรูปฌาน และอรูปฌาน ก็ยังอยู่ในกระเปาะภพของตัว ยังอยู่จำพวกโลก หรือที่เรียกกันว่า ฌานโลกีย์ ยังเรียกวิปัสสนาไม่ได้ เรียกสมถะได้** แต่อย่างไรก็ดี **วิปัสสนาก็ต้องอาศัยทางสมถะเป็นรากฐานก่อนจึงจะก้าวขึ้นสู่ชั้นวิปัสสนาได้**

การบำเพ็ญสมถะนั้น ส่งจิตเพ่งดวงปฐมมรรคตรงศูนย์ คือ กึ่งกลางกายภายในตรงกลางพอดี ไม่เหลื่อมซ้ายขวาหน้าหลัง แล้วเลื่อนสูงขึ้น ๒ นิ้ว เมื่อถูกส่วนก็จะเห็นกายมนุษย์ กายทิพย์ กายรูปพรหม กายอรูปพรหมเป็นชั้น ๆ ซ้อนกันอยู่ภายในตามลำดับจากกายมนุษย์เข้าไป พิจารณาประกอบธาตุธรรมถูกส่วนรูปจะกะเทาะล่อนออกจากกัน เห็นตามลำดับเข้าไป กายมนุษย์กะเทาะออกเห็นกายทิพย์ กายทิพย์กะเทาะออกเห็นกายรูปพรหม กายรูปพรหมกะเทาะออกเห็นกายอรูปพรหม ในเมื่อประกอบธาตุธรรมถูกส่วน **ว่อกแว่กไม่เห็น นิ่งหยุดจึงเห็น หยาบไม่เห็น ละเอียดจึงเห็น** อาตาปี สัมปชาโน สติมาประกอบความเพียรมั่น รู้อยู่เสมอไม่เผลอ เพียงแต่ชั้นกายทิพย์เท่านั้นก็ถอดส่งไปยังที่ต่าง ๆ ได้ ไปรู้ไปเห็นเหตุการณ์ได้เหมือนตาเห็น คล้ายกับนอนหลับฝัน แต่นี่ไม่ใช่หลับ เห็นทั้งตื่น ๆ การนอนคนธรรมดาสามัญจะหลับเมื่อไรไม่รู้ จะตื่นเมื่อไรก็ไม่รู้ แต่ถ้าถึงชั้นกายทิพย์แล้ว จะต้องการให้หลับเมื่อไร จะให้ตื่นเมื่อไรทำได้ตามใจชอบ พวกฤาษีที่ได้บำเพ็ญฌานเขาก็ทำได้ แต่ทั้งนี้ก็อยู่ในขั้นสมถะนั้นเอง สมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าของเรา ก็ได้เรียนฌานมาแล้วจากในสำนักฤาษี กล่าวคือ อาฬารดาบสและอุทกดาบส ก็ได้ผลเพียงแค่นั้น พระองค์เห็นว่ายังมีอะไรดียิ่งกว่านั้น จึงได้ประกอบพระมหาวิริยะบำเพ็ญเพียรต่อไป จนในที่สุดพระองค์ได้บรรลุวิปัสสนาวิชชา เมื่อถึงขั้นนี้แล้วจึงมองเห็น

สามัญลักษณะ เห็นนามรูปด้วยตาธรรมกาย เพราะพระองค์ทะลุกระเปาะไข่ คือ โลกออกมาได้แล้ว

พระองค์เห็นโลกหมดทั่วทุกโลก ด้วยตาธรรมกาย พระองค์รู้ด้วยญาณธรรมกาย ผิดกว่าพวกกายทิพย์รูปพรหมและอรูปพรหมเหล่านั้น เพราะพวกเหล่านั้นรู้ด้วยวิญญาณ แต่ **พระองค์รู้ด้วยญาณ** จึงผิดกัน สภาพเหตุการณ์ทั้งหลายแหล่พระองค์รู้เห็นหมด แต่มิใช่รู้ก่อนเห็น **พระองค์เห็นก่อนรู้ทั้งสิ้น**

การเห็นรูปด้วยตามนุษย์ อย่างเช่นพระยสะกับพวกไปพบซากศพและช่วยกันเผา ขณะเผาได้เห็นศพนั้นมีการแปรผันไปต่าง ๆ เดิมเป็นตัวคนอยู่เต็มทั้งตัว รูปร่าง สี สัณฐานก็เป็นรูปคน ครั้นถูกความร้อนของไฟเผาลน สีก็ดำด่างแปรไป ดำจนคล้ายตะโก หดสั้นเล็กลงทุกที ๆ แล้วแขนขาหลุดจากกันจนดูไม่ออกว่าเป็นร่างคนหรือสัตว์ ไม่เพียงเท่านั้น ครั้นเนื้อถูกไฟกินหมดก็เหลือแต่กระดูกเป็นท่อนเล็กท่อนน้อย ในที่สุดกระดูกเหล่านั้นแห้งเปราะแตกจากกันล้วนเป็นชิ้นเล็กชิ้นน้อย จนดูไม่ออกว่าเป็นกระดูกสัตว์หรือกระดูกมนุษย์ พระยสะปลงสังเวชถึงความเป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แห่งสังขารร่างกายที่เป็นซากศพนั้น แม้กระนั้นก็ยังไม่ทำให้บรรลุมรรคผล จนกว่าจะได้ไปพบพระพุทธเจ้า จึงบรรลุมรรคผล นี่ก็เป็นหลักฐานที่ยืนยันว่า **เห็นด้วยตามนุษย์ ไม่ทำให้บรรลุมรรคผลได้ อย่างมากก็เป็นเพียงปัจจัย เพื่อจะให้บรรลุมรรคผลเท่านั้น การเห็นด้วยตาทิพย์ ตารูปพรหม และอรูปพรหมก็เช่นเดียวกัน เป็นเพียงปัจจัยเพื่อให้บรรลุมรรคผลเท่านั้น ต้องเห็นด้วยตาธรรมกาย จึงจะบรรลุมรรคผลได้**

รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เรียกว่า เบญจขันธ์ คือขันธ์ ๕ รูปจะกล่าวในที่นี้เฉพาะรูปหยาบ ๆ คือสิ่งซึ่งธาตุทั้ง ๔ ดิน น้ำ ลม ไฟ ประกอบกันเข้า รวมกันเป็นก้อนเป็นชิ้นเป็นอัน แลเห็นด้วยตา เช่นร่างกายมนุษย์และสัตว์ ที่เรียกว่ารูปเพราะเหตุว่าเป็นของซึ่งย่อมจะต้องแตกสลายไปด้วยเหตุต่าง ๆ มีหนาวและร้อนเป็นต้น กล่าวคือ หนาวจัด เย็นจัด จนเกินขีดหรือถูกร้อนจนเกินขีดย่อมแตกสลายไป แต่ถ้าแยกโดยละเอียดแล้ว **รูป** นี้มีหลายประเภทด้วยกัน เช่น อุปาทายรูปเป็นต้น แต่ว่าจักยังไม่นำมาแสดงในที่นี้ การพิจารณาโดยสามัญลักษณะพิจารณาไป ๆ ละเอียดเข้าซึ้งเข้าทุกที จนเห็นชัดว่านี่มิใช่ตัวตน เรา เขาอะไร สักแต่ว่าธาตุประชุมตั้งขึ้นแล้วก็ดับไป ตาธรรมกายนั้นเห็นชัดเจน เห็นเกิดเห็นดับติดกันไปทีเดียว คือเห็นเกิดดับ ๆๆๆ คู่กันไปทีเดียว ที่เห็นว่าเกิดดับ ๆ นั้นเหมือนอะไร เหมือนฟองน้ำ เหมือนอย่างไร เราเอาของฝาด เช่น เปลือกสนุ่นมาต้มแล้วรินใส่อ่างไว้ ชั้นต้นจะแลเห็นเป็นน้ำเปล่า ๆ ต่อมาเมื่อเอามือแกว่งเร็ว ๆ อย่างที่เขาเรียกว่าตีน้ำให้เป็นฟอง เราจะเห็นมีสิ่งหนึ่งปรากฏขาวขึ้นมาเป็นรูปเป็นร่าง สิ่งนี้เราเรียกว่าฟองน้ำ ดูให้ดีจะเห็นในฟองนั้นมีเม็ดเล็ก ๆ เป็นจำนวนมากติดต่อกันเป็นพืดรวมกัน เรียกว่าฟองน้ำ เราจ้องดูให้ดีจะเห็นว่าเม็ดเล็ก ๆ นั้นพอตั้งขึ้นแล้วก็แตก

ย่อยไปเรื่อย ๆ ไม่อยู่นานเลย นี่แหละเห็นเกิดดับ ๆ ตาธรรมกายเห็นอย่างนี้ เห็นเช่นนี้จึงปล่อยอุปาทานได้

เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณอีก ๔ กองนั้นก็ทำนองเดียวกัน เห็นเกิดดับ ๆ ยิบไปเช่นเดียวกับเห็นในรูป ทุกข์เป็นของมีและขึ้นประจำกับขันธ์ ๕ เป็นของธรรมดา แต่ที่เราเดือดร้อนก็เป็นเพราะไปขืนธรรมดาของมันเข้า ขันธ์ ๕ เป็นอนิจจังไม่เที่ยง ย่อมแปรผันไปตามธรรมดาของมัน เกิดแล้วธรรมดามันก็ต้องแก่ ต้องเจ็บ ต้องตาย เมื่อมันถึงคราวแก่เราไม่อยากจะแก่หรือไม่ยอมแก่ อาการของมันที่แสดงออกมามีผมหงอกเป็นต้น ถ้าเราขืนมัน ตะเกียกตะกายหายาย้อมมันไว้ นี่ว่าอย่างหยาบ ๆ ก็เห็นแล้วว่าเกิดทุกข์แล้ว เกิดลำบากแล้ว ถ้าเราปล่อยตามเรื่องของมันก็ไม่มีอะไรมาเป็นทุกข์

เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณก็ทำนองเดียวกัน ความทุกข์เกิดขึ้นเพราะขืนมันขืนธรรมดาของมัน สิ่งไม่เที่ยงจะให้เที่ยง สิ่งที่ไม่ใช่ตัวตนก็ยังขืนยึดว่าเป็นตัวตน เหตุที่ให้ขืนธรรมดาของมันเช่นนี้ อะไร **อุปาทาน** นั่นเอง ถ้าปล่อยอุปาทานได้ การขืนธรรมดาก็ไม่มี ตามแนวที่พระปัญจวัคคีย์ตอบกระทู้ถามสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้า ที่ตรัสถามว่า เมื่อมันมีอาการแปรผันไป เป็นธรรมดา แก่ เจ็บ ตาย เช่นนี้แล้วเบญจขันธ์นี้จะเรียกว่าเป็นของเที่ยงไหม ? ตอบว่าไม่เที่ยง เมื่อไม่เที่ยงแล้วเป็นทุกข์หรือเป็นสุข ? ตอบว่าเป็นทุกข์พระพุทธเจ้าข้า ถ้าเช่นนั้นควรละหรือจะยึดเป็นตัวตน ? ไม่ควรพระพุทธเจ้าข้า

อะไรเล่าเป็นเหตุให้เกิดอุปาทาน ? ตัณหานั่นเอง ได้แก่กามตัณหา ความทะยานอยากเกี่ยวด้วยอารมณ์ ๖ มีรูปเป็นต้น ภวตัณหา ความทะยานอยากเป็นไปในอารมณ์ ๖ ประกอบด้วยสัสสตทิฏฐิ ถือว่าเที่ยงถาวร วิภวตัณหา ความทะยานอยากเป็นไปในอารมณ์ ๖ ประกอบด้วยอุจเฉททิฏฐิ ถือว่าขาดสูญ **เมื่อละตัณหาได้ อุปาทานก็ไม่มี** ดังจะยกอุทาหรณ์เทียบเคียงให้เห็นดั่งเช่นสามีภรรยาที่หย่าขาดจากกัน เมื่อเขายังไม่หย่ากัน สามีไปทำอะไรเข้า ภรรยาก็เก็บเอามาเป็นทุกข์เป็นร้อนด้วย หรือเมื่อฝ่ายภรรยาไปทำอะไรเข้า ฝ่ายสามีก็เก็บเอามาเป็นทุกข์เป็นร้อนด้วย **ถ้าเขาหย่าขาดจากกันแล้วมิไยที่ฝ่ายใดจะไปก่อกรรมทำเข็ญขึ้น อีกฝ่ายหนึ่งจะไม่มีทุกข์ไม่มีร้อนด้วยเลย** ทั้งนี้เพราะอะไร ? **ก็เพราะเขาต่างหมดความยึดถือ** (อุปาทาน) **ว่าเขาเป็นสามีภรรยากันแล้ว** นี่ฉันใดก็ฉันนั้น นี่จะเห็นชัดในข้อว่า **ทุกข์เกิดจากอุปาทาน** อันเป็นเครื่องยึดเหนี่ยวดูดดึงเข้ามา แต่ลำพังขันธ์ ๕ ไม่ใช่ตัวทุกข์ ได้ในคำว่า **ปญฺจุปาทานกฺขนฺธา ทุกฺขา** รวมความก็ว่า **ปล่อยอุปาทานไม่ได้เป็นทุกข์ ปล่อยได้ หมดทุกข์**

ถอดกายทิพย์ออกเสียจากกายมนุษย์ กายมนุษย์ก็ไม่มีเรื่อง จะมีใครเป็นทุกข์ และในที่สุดจะต้องปล่อยอุปาทานให้หมดทั้งในกายทิพย์ กายรูปพรหมและอรูปพรหม คงแต่ธรรมกายเด่นอยู่

เหตุใดพระองค์จึงเน้นสอนหนักไปในทาง อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ? เมื่อใคร่ครวญโดยสุขุมแล้วจะมองเห็นว่า พระองค์สอนดังนั้นเพื่อตะล่อมให้คนที่มีความคิดใช้วิจารณปัญญาสอดส่อง

เห็นได้เอง เช่น **พระองค์ตรัสถึง "อนิจจัง" ก็เพื่อให้ค้นคิดหา "นิจจัง" ตรัสถึง "ทุกขัง" ก็เพื่อให้ค้นคิดหา "สุขัง" ตรัสถึง "อนัตตา" ก็เพื่อให้คิดหา "อัตตา"** คนที่มีปัญญาเฉลียวฉลาดประกอบด้วยความเพียรพินิจพิจารณา ย่อมจะมองเห็นแนวพระโอวาทของพระองค์ จะเทียบให้เห็น เช่นมีคน ๒ คนยืนอยู่ คนหนึ่งสูง คนหนึ่งต่ำ เรารู้จักคนสูง ใครมาถามเราว่าคนสองคนนั้นรู้จักไหม เราตอบว่าคนสูงเรารู้จัก เมื่อคนอื่นได้ยินคำตอบเช่นนั้น แม้ตาของเขาไม่แลเห็นคนสองคนนั้นเลย เขาย่อมจะรู้ว่าคนที่เราไม่รู้จักนั้นต่ำกว่าคนที่เรารู้จัก โดยเราไม่จำเป็นจะต้องพูดว่า คนต่ำเราไม่รู้จัก นี่ฉันใด อนิจจังบอกนิจจัง ทุกขังบอกสุขัง อนัตตาบอกอัตตา ฉันนั้น **อะไรเล่าเป็นนิจจัง สุขัง อัตตา ?** ก็คือ **ธรรมกาย** นี้เอง เป็นตัวนิจจัง สุขัง อัตตา

ติด หลุด เป็นหัวข้อสำหรับผู้ปฏิบัติ **ปล่อยอุปาทานไม่ได้เรียกว่า "ติด" ปล่อยได้เรียกว่า "หลุด"** ติดคือติดอยู่ในโลก หลุดคือพ้นจากโลก เรียกว่าโลกุตระ เข้าแดนพระนิพพาน ต้องปล่อยอุปาทานทั้งในกายมนุษย์ กายทิพย์ กายรูปพรหม กายอรูปพรหม ต้องพิจารณาให้เห็นความเป็นจริงแห่งเบญจขันธ์ดังกล่าวมานั้นด้วยตาธรรมกายจึงเป็นวิปัสสนาวิชชา อันจะเป็นทางให้หลุดได้

วิปัสสนาวิชชาแยกได้เป็น ๑๐ ประการ คือ

๑. สัมมสนญาณ พิจารณาย่นย่อนามรูป คือ ความเห็นตามเป็นจริงของนามรูปนั้น ๆ

๒. อุทยัพพยญาณ คำนึงถึงความเกิดความดับของสังขารร่างกาย ดังอุทาหรณ์เรียกฟองน้ำดังที่กล่าวมาข้างต้น คือ เห็นเกิดดับ ๆๆๆ ติดต่อกันไป

๓. ภังคานุปัสสนาญาณ คำนึงถึงแต่ความดับอย่างเดียว ให้เห็นว่าสังขารร่างกายที่เกิดมาแล้วนี้มันรังแต่จะแตกดับอย่างเดียว และก็จะแตกดับอยู่รอมร่อแล้ว ประหนึ่งเรือนที่ปลูกอยู่ริมตลิ่ง ทั้งตัวเรือนก็เซซวนจวนจะพังอยู่แล้วด้วย ซึ่งเป็นความจริงแท้ เราพูดกันอยู่หยก ๆ พอขาดคำเราอาจจะตาย เพราะโรคภัยอันตรายล้อมอยู่รอบข้าง ไม่รู้ว่ามันจะปรากฏขึ้นขณะใด

๔. ภยตูปัฏฐานญาณ คำนึงให้เห็นว่า สังขารร่างกายเป็นภัยเสมือนสัตว์ดุร้ายไม่น่าจะเข้าใกล้ ซึ่งหมายความว่าไม่ควรจะหลงนิยมชมชื่น อันจะดูดดึงให้ใจเราหมกมุ่นเป็นเหตุให้ติดอยู่ในภพ

๕. อาทีนวญาณ นี่เป็นอีกแง่หนึ่งให้คำนึงถึงโทษแห่งสังขารว่าถ้าเรามีอุปาทานยึดมั่นอยู่ว่าเป็นตัวเป็นตนของเราแล้วมันจะให้ทุกข์โทษ ดังกล่าวในประการที่ ๔ นั้นดุจเดียวกัน

๖. นิพพิทาญาณ เมื่อพิจารณาเห็นความเป็นไปแห่งสังขารดังกล่าวมาใน ๑-๒-๓-๔-๕ นั้นแล้ว ก็ให้เกิดปรีชาคิดเบื่อหน่ายสังขารเป็นกำลัง ไม่อยากได้ใคร่ดีแล้ว

๗. มุญจิตุกัมยตาญาณ ถึงขั้นนี้ก็ใฝ่ใจที่จะให้พ้นเสียจากสังขาร คือไม่อยากมีสังขาร แต่ไม่ได้หมายความว่าจะให้ทำลายสังขารเสียโดยความโง่ ๆ เช่น ฆ่าตัวตาย ให้ดำเนินการที่จะคิดพ้นจากสังขารโดยอุบายที่ถูกทาง

๘. ปฏิสังขาญาณ คิดคำนึงหาทางพ้นต่อไป แต่หาทางออกทางพ้นไม่ได้เพราะมันได้เกิดมาเป็นสังขารเสียแล้ว ผะอืดผะอมอย่างนี้เรียกว่า กลืนไม่เข้าคายไม่ออก สำรอกไม่ไหว ต่อไปก็ถึง

๙. สังขารุเปกขาญาณ วางใจเป็นกลางไว้ เท่ากับว่าเมื่อกลืนไม่เข้าคายไม่ออกแล้ว ก็อมเฉยไว้ก่อน ต่อจากนี้จะมีญาณอีกอันหนึ่งเกิดขึ้น คือ

๑๐. อนุโลมญาณ คำนึงผ่อนให้เป็นไปตามความที่เป็นจริงของมัน นี่เป็นมัชฌิมาปฏิปทา เดินสายกลางหันเข้าหาอริยสัจจ์ ๔ โดยวิธีดังที่บรรยายมาข้างต้น ว่าโดยรวบรัดตัดความก็หันเข้าหาหลักธรรมกายนั่นเอง พิจารณาเห็นแจ้งชัดอริยสัจจ์ ๔ ด้วยตาธรรมกาย รู้ชัดด้วยญาณธรรมกาย จึงเป็นวิปัสสนาวิชชา แต่ละอย่าง ๆ ที่กล่าวมาใน ๑๐ ข้อนี้เป็นอาการหรืออารมณ์ของวิปัสสนาที่จะพยุงจิตให้ข้ามขึ้นจากโลกีย์ไปสู่ภูมิโลกุตระ คำว่าสังขารร่างกายในที่นี้หมายถึงนามรูปนั่นเอง ที่เรียกว่านามรูปนั้นได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ ๕ อย่างนี้รวมกันย่นย่อลงเรียกว่านามรูป

มโนมยิทธิ แปลว่า ฤทธิ์ทางใจ ใครบำเพ็ญได้ถึงที่ย่อมทำได้ คือทำให้ใจมีฤทธานุภาพผิดไปจากธรรมดา จะนึกให้เป็นอย่างไรก็เป็นไปตามนึก ดังเมื่อพระพุทธเจ้าเสด็จจากดาวดึงส์ นึกจะให้เทวดามนุษย์เห็นกัน เทวดาก็มองเห็นมนุษย์ ๆ ก็มองเห็นเทวดา ซึ่งมีปรากฏในเทโวโรหนสูตรนั้น เพราะมีธรรมกาย ๆ นึกอย่างไรก็เป็นอย่างนั้น

อิทธิวิธี แปลว่า แสดงฤทธิให้ปรากฏได้ต่าง ๆ ดังเช่นเนรมิตจักร เนรมิตพระกาย และเนรมิตปราสาทราชฐานในครั้งทรงทรมานพระเจ้าชมภูบดี จนพระเจ้าชมภูบดีหมดทิฏฐิมานะ แล้วจึงทรงแสดงธรรมสั่งสอน เป็นต้น

ทิพพจักขุ แปลว่า ตาทิพย์ ซึ่งหมายความว่า มองเห็นอะไร ๆ ได้หมด ไม่ว่าอยู่ใกล้ไกลอย่างไร ดังเช่นเรื่องพระมเหศวรทดลองพระศาสดา ให้ทรงปิดพระเนตรเสีย แล้วพระมเหศวรซ่อนตัว โดยจำแลงตัวให้เล็กแทรกแผ่นดินไปซุกอยู่ในเมล็ดทรายใต้เชิงเขาพระสุเมรุ พระองค์ก็มองเห็น ทรงเรียกให้ขึ้นมา ยังหาว่าเป็นอุบายของพระองค์จะเดาลักเค้าเอา ในที่สุดพระองค์ก็เอาฝ่าพระหัตถ์ช้อนเอาตัวติดขึ้นมาพร้อมกับเมล็ดทรายนั้นให้เห็นประจักษ์ ตาทิพย์นี้แม้สาวกของพระองค์ก็มีได้ เอาตามนุษย์ ตากายทิพย์ รูปพรหม อรูปพรหม ซ้อนกัน แล้วเอาตาธรรมกายมองซ้อนตากายอรูปพรหม จะเห็นชัดคล้ายกับว่าแว่นหลาย ๆ ชั้นซ้อนกัน

ทิพพโสต แปลว่า หูทิพย์ ใครจะพูดอะไรกันที่ไหนได้ยินหมด โดยเอาแก้วหูกายมนุษย์ ทิพย์ รูปพรหม อรูปพรหม ซ้อนกันตลอดแก้วหูของธรรมกายย่อมสัมฤทธิผลเป็นหูทิพย์ได้ยินอะไรหมด

ปรจิตตวิชชา แปลว่า ความรู้ที่สามารถทำให้ล่วงรู้ถึงวาระจิตของผู้อื่นได้ ดังมีเรื่องพวกยักษ์เป็นอุทาหรณ์ คิดว่าจะตั้งปัญหาถามพระศาสดา ถ้าแก้ไม่ได้จะจับโยนข้ามมหาสมุทร

ครั้นมาถึงก็เรียกพระองค์ว่ามานี่ ยังมิทันจะได้พูดอะไรต่อไป พระองค์ก็ล่วงรู้เสียก่อนแล้วว่าอาฬวกยักษ์คิดมาอย่างไร พระองค์ทรงตอบเย้ยไปว่า จะเรียกตถาคตไยเล่า เข้าไปหาท่านจะจับเราโยนข้ามมหาสมุทร แล้วในที่สุดได้ตรัสตอบไปว่าปัญหาที่ท่านคิดจะถามเรานั้นพ่อของท่านบอกไว้ใช่ไหม แล้วเราจะบอกท่านได้ต่อไปด้วยว่าพ่อท่านได้รับบอกมาจากพระกัสสปสัมมาสัมพุทธเจ้า นี่ล่วงรู้ใจคนได้อย่างนี้

ปุพเพนิวาสวิชชา แปลว่า ความรู้ที่ระลึกชาติหนหลังได้ ว่าชาติไหน เป็นอะไร เกิดที่ไหนมาแล้ว ดังมีเรื่องเวสสันดรชาดกเป็นหลักฐาน ไม่มีสิ่งที่จะพึงระแวงสงสัยอย่างไร เป็นองค์แห่งสัมมาสัมโพธิญาณแน่แท้

อาสวักขยวิชชา แปลว่า ความรู้ที่ทำลายอาสวะให้หมดสิ้นไป กล่าวคือ กามาสวะ ภวาสวะ ทิฏฐาสวะ อวิชชาสวะทั้ง ๔ ประการนี้ พระองค์มีทัศนะปรีชาญาณหยั่งรู้วิถีทางที่ทำให้หมดสิ้นไป ไม่มีในพระกมลของพระองค์แม้แต่สักเท่ายองใย

จรณะ ๑๕ ต่อไปนี้ถึงเรื่อง จรณะ ๑๕ จักได้ขยายความพอสมควร จรณะ แปลว่า ประพฤติหรือธรรมควรประพฤติ

๑. ศีลสังวร ได้แก่ความสำรวมในพระปาฏิโมกข์

๒. อินทรียสังวร การสำรวมอินทรีย์ทั้ง ๖ คือ ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ มิให้อารมณ์ส่วนที่จะชักนำไปทางชั่วเข้าติดอยู่ได้ แต่การสังวรเหล่านี้มีประจำพระองค์เป็นปกติอยู่ มิจำต้องพยายามฝืนอย่างเช่นปุถุชนทั้งหลาย

๓. โภชเนมัตตัญญุตา การรู้ประมาณในการบริโภคพอสมควร ไม่มากไม่น้อยเกินไปเป็นจริยาที่เราควรเจริญรอยตาม ว่าโดยเฉพาะการบริโภคอาหาร ถ้ามากเกินไปแทนที่จะมีคุณแก่ร่างกายกลับเป็นโทษ

๔. ชาคริยานุโยค ทรงประกอบความเพียรทำให้พระองค์ตื่นอยู่เสมอ คือรู้สึกพระองค์อยู่เสมอ นิวรณ์เข้าครอบงำไม่ได้เป็นปกติ

๕. สัทธา พระองค์ประกอบด้วยสัทธาอย่างอุกฤษฏ์ ที่ปรากฏในเวสสันดรชาดก เป็นต้น พระองค์ได้บำเพ็ญทานบารมีบริจาคของนอกกาย ทานอุปบารมีสละเนื้อเลือดเมื่อทำความเพียร ทานปรมัตถบารมีสละได้ถึงชีวิตมาแล้วอย่างสมบูรณ์

๖. สติ นั้นได้แก่ที่เรียกว่าสติวินัย พระองค์ไม่เผลอในกาลทุกเมื่อ เราผู้ปฏิบัติควรเจริญรอยตามดังแนวที่ทรงสอนไว้ในมหาสติปัฏฐานสูตร ไม่ว่าจะเดินยืนนั่งนอนให้มีสติอยู่เสมอ สติในมหาสติปัฏฐานสูตร ท่านหมายเอาสติที่ตรึกถึง กาย เวทนา จิต ธรรม

๗. หิริ การละอายต่อความชั่ว

๘. โอตตัปปะ สะดุ้งกลัวบาป ทั้ง ๒ ประการนี้เป็นจรณะที่ติดประจำพระองค์อยู่อย่างสมบูรณ์

๙. พาหุสัจจะ ฟังมาก นี่ก็มีประจำพระองค์มาแต่ครั้งยังสร้างบารมี พระองค์ทรงเอาใจใส่ฟังธรรมในสำนักต่าง ๆ เป็นลำดับมา จนกระทั่งอาฬารดาบสและอุทกดาบส ซึ่งได้ทรงเรียนรู้รูปฌาน อรูปฌาน มาจากสำนักนี้

๑๐. อุปักกโม ความเพียรไม่ละลด ดั่งเช่นทรงบำเพ็ญพุทธกิจ ๕ เป็นประจำ ๑ เวลาเช้าบิณฑบาต ๒ เวลาเย็นทรงแสดงธรรม ๓ เวลาค่ำทรงประทานพระโอวาทแก่ภิกษุ ๔ เวลาเที่ยงคืนทรงเฉลยปัญหาเทวดา ๕ เวลาใกล้รุ่งพิจารณาเวไนยสัตว์ที่จะพึงโปรด

๑๑. ปัญญา มีความรู้ความเห็นกว้างขวางหยั่งรู้เหตุรู้ผลถูกต้องไม่มีผิดพลาด จรณะยังประกอบด้วยรูปฌานอีก ๔ จึงรวมเป็นจรณะ ๑๕ รูปฌาน ๔ นั้น พระองค์ได้อาศัยมาเป็นประโยชน์ที่จะขยับขยายโลกิยปัญญาให้เป็นโลกุตระ เป็นพวกสมาธินั่นเอง และในจำพวกสมาธินั้นอัปปนาสมาธิจึงเป็นองค์ปฐมฌาน แม้กระนั้นยังเป็นโลกีย์ต้องเห็นด้วยตาธรรมกายหยั่งรู้ด้วยฌานธรรมกายจึงเป็นโลกุตระ ฌาน ๘ นั้นเป็นจรณะส่งข้ามโลก พระองค์เรียนฌานนั้นจากดาบส ต่อจากนั้นพระองค์มาแสวงหาด้วยพระองค์เอง จึงได้สำเร็จพระสัมมาสัมโพธิญาณเป็นองค์อรหันตสัมมาสัมพุทโธ

สุคโต

แปลได้เป็นหลายนัยเช่นว่า ไปดีแล้ว ไปสู่ที่ดี หรือทรงพระดำเนินงาม ที่ว่าไปดีแล้วหมายถึงว่าพระองค์ประพฤติดี ทั้งกาย วาจา ใจ คือกายเป็นสุจริต วาจาสุจริต ใจสุจริต ประพฤติสม่ำเสมอมาเป็นอเนกชาติ ดับขันธ์จากชาติหนึ่งก็ไปสู่สุคติทุกชาติ ไม่ไปสู่ทุคติเลย อย่างนี้ก็เรียกว่าสุคโต ไปดีแล้ว

นัยหนึ่งพระองค์ดำเนินกาย วาจา ใจ ไปในแนวอริยมรรค ได้แก่มรรคมีองค์ ๘ มีสัมมาทิฏฐิ เป็นต้น สัมมาสมาธิเป็นปริโยสาน ซึ่งย่อลงเป็นศีล สมาธิ ปัญญา พระองค์เดินทางศีลเป็นเบื้องต้น ศีลมีประเภทจำแนกละเอียดไว้มากมาย รวมเข้าเป็นวินัยปิฎกถึง ๕ พระคัมภีร์รวมยอดเข้าเป็นปฐมมรรค ๆ เป็นดวงใสอยู่ในกึ่งกลางกาย นั้นแหละรวมยอดมาจากศีล นี่แหละตัวศีลสุคโตในทางศีล พระองค์เดินทางใจไปหยุดอยู่ตรงดวงปฐมมรรคนั้น หยุดสงบจนราคะ โทษะ โมหะ อภิชฌา พยาบาทเข้าไม่ได้ ไม่มีอะไรเข้าไปทำให้ขุ่นมัว จึงใสดุจกระจกส่องเงาหน้าก็เข้าขั้นสมาธิ หยุดนิ่งจนมี "รู้" ผุดขึ้นเรียกว่าปัญญา หยุดนิ่งอยู่เช่นนั้นเป็นทำนองเดียวกันตั้งแต่กายทิพย์ รูปพรหม อรูปพรหม จนถึงธรรมกาย เมื่อธรรมกายหยุดนิ่ง จิตของธรรมกายเป็นมรรคจิต ญาณธรรมกายเป็นมรรคปัญญา ธรรมกายเข้าสมาบัติดูอริยสัจต่อไป ดวงใสถึงขนาดตกสูญแล้วกลับเป็นโสดาบันบุคคลแล้วเป็นสกทาคา อนาคา โดยทำนองเดียวกัน จนธรรมกายอนาคาตกสูญจึงเป็นพระพุทธเจ้า อย่างนี้ก็เรียก สุคโต

อีกนัยหนึ่งว่า เขมังทิสัง คัจฉมาโน แปลว่า ไปอยู่สู่แดนอันเกษมกล่าวคือนิพพาน คือเมื่อธรรมกายเพ่งเล็งถูกส่วนตกสูญ มีอายตนะอีกอย่างหนึ่งที่เรียกว่า อายตนนิพพานดึงดูดธรรมกายที่ตกสูญนั้นเข้านิพพานอยู่เนืองนิจ แม้ในขณะมีพระชนม์อยู่ ชื่อว่าไปอยู่สู่แดนเกษมประการหนึ่ง เมื่อจะดับขันธ์พระองค์เข้าสมาบัติ อายตนนิพพานดึงดูดเข้าสู่นิพพานไป นี่ก็เรียกว่าไปสู่แดนอันเกษมซึ่งอยู่ในความหมายว่าสุคโต

สุคโตที่แปลว่า ทรงพระดำเนินงามหมายถึงว่า เมื่อครั้งจะทรงพระดำเนินไปโปรดพระปัญจวัคคีย์ยังป่าอิสิปตนะนั้น ทรงเดินไปด้วยย่างพระบาท มีฉัพพรรณรังสีรุ่งโรจน์จนแม้แต่ว่าสัตว์จตุบททวิบาทที่มาแลเห็น ก็งงงันหยุดนิ่งตะลึงไปไม่ได้ อย่างนี้เรียกว่าทรงพระดำเนินงาม

สุนทรฐานํ คตัตตา ที่ว่าสุคโตเพราะอรรถว่าไปสู่ที่ไหน ดีที่นั่น ดังเช่นครั้งเมื่อเมืองไพสาลีเกิดไข้ทรพิษระบาดไปทั่วเมือง ผู้คนล้มตายกันมากจนหาคนจะเก็บศพจะฝังไม่ได้ถึงกับปล่อยให้เน่าคาเรือน พวกเจ้าลิจฉวีประชุมกันให้ไปเชิญพระองค์ ๆ มาถึงฝั่งแม่น้ำข้างหนึ่งเป็นเวลาเย็นแล้ว จึงทรงประทับยับยั้งอยู่ ในคืนนั้นเทวดาทั้งหลายรู้ว่ารุ่งขึ้นพระศาสดาจะเสด็จข้ามฟากไปสู่นครไพสาลี เห็นว่าที่นั่นอากูลไปด้วยซากศพ จึงประชุมกันให้วัสสวลาหกบันดาลให้ฝนตกลงมากมายจนถึงเป็นกระแสน้ำพัดพาซากศพเหล่านั้นไปหมดสิ้นก่อนเวลาที่พระองค์จะเสด็จไปถึง เมื่อพระองค์เสด็จข้ามฟากไปถึงนครไพสาลีก็สะอาดหมดจดแล้ว พวกเจ้าลิจฉวีถวายอาหารบิณฑบาต ทรงเจริญพระปริตรและให้พระอานนท์เอาน้ำพระพุทธมนต์ไปประพรมด้วยใช้กำหญ้าคาจุ่มน้ำพระพุทธมนต์ อมนุษย์ก็ปลาสนาการไปหมด โรคภัยก็สงบ ดังนี้ก็ได้ชื่อว่า สุคโต

โลกวิทู

แปลว่า รู้แจ้งซึ่งโลก โลกแบ่งออกเป็น ๓ คือ สังขารโลก สัตว์โลก โอกาศโลก โลกทั้ง ๓ นี้ สมเด็จพระบรมศาสดาทรงรู้แจ้งหมด รู้ถึงความเป็นไปของโลกเหล่านี้โดยละเอียดด้วยจึงได้พระนามว่า โลกวิทู

คำว่า โลก หมายความว่า เป็นที่ก่อแห่งสัตว์หรือนัยหนึ่งว่าเป็นที่ก่อผลแห่งสัตว์ ซึ่งว่าเป็นที่ก่อแห่งสัตว์ก็คือเป็นที่เกิดที่อยู่แห่งสัตว์ ที่ว่าเป็นที่ก่อผลแห่งสัตว์ก็คือเป็นที่ซึ่งสัตว์ได้อาศัยก่อกุศลและอกุศล ว่าโดยเฉพาะโลกมนุษย์เป็นที่ให้มนุษย์อาศัยสร้างบุญ แล้วก็ได้ผลไปบังเกิดในสวรรค์ หรือบำเพ็ญบารมีแล้วส่งผลไปสู่นิพพาน ดั่งเช่นองค์สมเด็จพระศาสดา ถ้าสร้างบาปแล้วก็เป็นผลให้ไปเกิดในนรก

สังขารโลก คือโลกที่มีอาหารเป็นปัจจัยปรุงแต่งได้แก่คำว่า อาหารรัฏฐิติฐิกา สัตว์อยู่ได้เพราะอาหารปรนปรือ อาหารแปลว่าประมวลมาหรือเครื่องปรนปรือ และแบ่งออกเป็น ๔ ประเภท คือ ๑ กวฬิงการาหาร ๒ ผัสสาหาร ๓ มโนสัญเจตนาหาร ๔ วิญญาณาหาร

กวฬิงการาหาร หมายความว่าอาหารที่เป็นคำ ๆ เช่นคำข้าว ส่วนละเอียดของอาหารคือโอชะหรือที่เรียกกันอย่างใหม่ ๆ ว่าวิตามินนั้นเข้าไปปรนปรือร่างกาย จึงเป็นปัจจัยให้สัตว์ดำรงชีวิตอยู่ได้ สัตว์ทั้งหลายมีอาหารหยาบมากและละเอียดต่างกันเป็นพวก ๆ เช่น จรเข้กินอาหารหยาบมาก แม้ก้อนหินหรือสัตว์ตัวใหญ่ ๆ แต่แล้วก็มีโอชะไปหล่อเลี้ยงร่างกายมันได้ นกยูงกินแมลงต่าง ๆ ทั้งตัว สุนัขในแทะกินกระดูกสัตว์ที่แข็ง ๆ ช้างม้าโคกระบือกินหญ้าและใบไม้ของหยาบ ๆ ก็มีโอชะไปหล่อเลี้ยงร่างกายมันได้ มนุษย์กินอาหารละเอียดกว่าสัตว์ที่กล่าวมาเป็นชั้น ๆ เช่น ราษฎรสามัญกินหยาบกว่าพระมหากษัตริย์ พวกเทวดากินอาหารละเอียดกว่ามนุษย์ อย่างที่เรียกว่าทิพย์ก็คือโอชะส่วนละเอียดของอาหาร พวกพรหมละเอียดยิ่งกว่าเทวดาอีก มีจักรพรรดิคอยปรนปรือ แม้เลยชั้นรูปพรหม อรูปพรหมขึ้นไป คือถึงชั้นนิพพาน ก็มีอาหารส่วนละเอียดไปหล่อเลี้ยงเช่นเดียวกัน อาหารละเอียดเป็นที่สุดแต่อยู่นอกโลกนี่เป็นการสาวหาเหตุผลประกอบเป็นลำดับชั้นไป มิใช่ตำรับตำราโดยตรง แม้ในพวกเทวดากันเองก็มีอาหารละเอียดต่างกันเป็นชั้น ๆ ขึ้นไป ภุมเทวดามีอาหารหยาบกว่าพวกเทวดาอื่นถัดขึ้นไปชั้นยามาและอื่น ๆ ละเอียดยิ่งกว่ากันขึ้นไปทุกชั้น การกินอาหารของพวกเทวดามีอาการเหมือนเราฝัน แล้วก็มีความอิ่มเอิบไปตามระยะเวลา แต่ระยะเวลานานกว่ามนุษย์ต่างกันเป็นลำดับขึ้นไป

อาหารเป็นปัจจัยให้เกิดรูป มีโอชะเป็นคำรบ ๘ คือ ปฐวี อาโป เตโช วาโย วณฺโณ คนฺโธ รโส โอชา ซึ่งเรียกว่ากลาปรูป คือรูปเกิดจากอาหารเป็นคำ ๆ นี้จำพวกกวฬิงการาหาร

ผัสสาหาร ได้แก่ผัสสะทั้ง ๖ คือ ผัสสะทางตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ ผัสสะแปลว่าความกระทบ เช่นเมื่อรูปมากระทบตาก็เกิดขึ้นเรียกว่า จักขุสัมผัส อีก ๕ อย่างก็เช่นกัน ผัสสะนี้เป็นอาหารเพราะประมวลให้เกิดเวทนาหรือปรนปรือให้เกิดเวทนา ๓ ผัสสะที่เกิดจากกระทบอารมณ์ที่ดีก็ให้เกิดสุขเวทนา กระทบอารมณ์ชั่วก็ให้เกิดทุกขเวทนา อารมณ์ไม่ดีไม่ชั่วก็ให้เกิดอุเบกขาเวทนา ดังเช่นพระสารีบุตรยืนกั้นร่มให้พระศาสดาได้เป็นเวลา ๗ วัน โดยไม่หิวโหยก็เพราะผัสสาหารอย่างนี้ สัตว์นรกดำรงชีพรับเคราะห์กรรมอยู่ได้ก็เพราะผัสสาหารทางชั่วคนนอนหลับอยู่ได้ก็ด้วยผัสสะชนิดให้เกิดอุเบกขาเวทนา

มโนสัญเจตนาหาร ได้แก่การคิดอ่านทางใจ มโนสัญเจตนาหารนี้เป็นอาหารประมวลมาซึ่งภพ ๓ คือ กามภพ รูปภพ อรูปภพ แล้วแต่เจตนา คือมุ่งไปเกาะภพไหน เมื่อประกอบถูกส่วนก็ไปสู่ภพนั้น เจตนาเป็นตัวกรรมได้ ในบาลีว่า เจตนาหํ ภิกฺขเว วทามิ ซึ่งแปลความว่า ดูกรภิกษุทั้งหลาย เรากล่าวว่าเจตนานั้นเองเป็นตัวกรรม คนที่ทำกรรมเป็นกุศล สุคติภพย่อมคอยท่ารับรองอยู่ และคนที่ทำกรรมเป็นอกุศล ทุคติภพก็ย่อมคอยท่ารับรองเขาอยู่เหมือนกัน

วิญญาณาหาร วิญญาณแปลว่าความรู้แจ้ง ๆ เป็นอาหารชนิดหนึ่งเหมือนกัน ตา หู จมูก ลิ้น กาย ใจ เหล่านี้เป็นที่รับรองของวิญญาณ ๆ ย่อมมีรสในอารมณ์ ๖ อย่าง ไม่ว่าอย่างใด

อย่างหนึ่ง วิญญาณจึงเป็นอาหารประมวลให้เกิดนามรูปได้ในคำว่า วิญญาณปัจจยา นามรูปัง ซึ่งแปลว่า วิญญาณเป็นปัจจัยให้เกิดนามรูป

สัตว์โลก ที่ว่าพระองค์ทรงรู้แจ้งซึ่งสัตว์โลกนั้น คือพระองค์ทรงรู้แจ้งซึ่งธรรมเป็นที่มาแห่งจิตของสัตว์ทั้งหลาย

สัตว์ทั้งหลายมีอัชฌาสัย หรือความเห็นต่าง ๆ กัน เช่นจำพวกหนึ่งเห็นว่าโลกเที่ยงไม่มียักเยื้องแปรผัน และเห็นว่าเกิดมาเป็นมนุษย์แล้ว เมื่อตายไปก็ต้องกลับมาเกิดเป็นมนุษย์อย่างเดิม อีกพวกหนึ่งเห็นว่าตายแล้วขาดสูญ หมดสิ้นกันเท่านั้น ไม่มีอะไรในผู้นั้นจะมาเกิดอีก ทำดี ทำชั่ว ก็สิ้นสุดเพียงวันตาย ไม่มีบุญ ไม่มีบาปจะตามไปสนองในภพหน้าที่ไหนอีก อย่างนี้เรียกว่าไม่รู้ซึ่งความเป็นจริงของโลก ส่วนพระองค์ทรงรู้จริงเห็นแจ้งซึ่งสัตว์โลกว่า ไม่เป็นเช่นนั้นที่จริงสัตว์โลกทั้งหลายย่อมเป็นไปตามยถากรรม ทำดี ความดีย่อมติดตามไปสนองในภพหน้า ทำชั่ว ความชั่วย่อมติดตามไปสนองในภพหน้าเป็นเสมือนเงาตามตัว อันเรียกว่า ยถาภูตญาณทัสสนะ จึงได้ชื่อว่าโลกวิทูนัยหนึ่ง

อนุสเย ชานาติ ทรงรู้แจ้งซึ่งอนุสัย ๗ ประการ คือ กามราคานุสัย ภวราคานุสัย ปฏิฆานุสัย ทิฏฐานุสัย วิจิกิจฉานุสัย มานานุสัย อวิชชานุสัย

จริตัง ชานาติ ทรงรู้แจ้งจริตแห่งสัตว์ทั้งหลาย ๖ ประการ คือ ราคะจริต โทษะจริต โมหะจริต วิตักกจริต สัทธาจริต พุทธิจริต

อธิมุตตึ ชานาติ ทรงรู้แจ้งนิสสัยต่ำสูง และความเป็นผู้มีใจบุญ ความเป็นผู้มีใจบาปแห่งสัตว์ทั้งหลาย ทรงรู้แจ้งซึ่งความมีกิเลสหนาบางแห่งสัตว์ทั้งหลาย

ทรงรู้แจ้งในอินทรีย์ของสัตว์ทั้งหลาย ว่าแก่อ่อนอย่างไร กล่าวคือ สัทธา วิริยะ สติ สมาธิ ปัญญา เรียกว่าอินทรีย์ ๕ คือ ความเชื่อ ความเพียร สติ สมาธิ และปัญญา แล้วก็ทรงหาอุบายโปรดในเมื่อทรงเห็นว่าอินทรีย์แก่กล้าสมควรแล้ว ดังเช่นวักกลิพราหมณ์ เห็นพระองค์มีพระศิริโฉมอันงามชอบเนื้อชอบใจ จนถึงขอบวชเป็นภิกษุ บวชแล้วก็เฝ้ามองดูพระศิริโฉมของพระองค์เป็นเนืองนิจ พระองค์ก็ทรงรอไว้ ครั้นเมื่อเห็นว่าอินทรีย์แก่กล้าแล้วจึงทรงเริ่มหาอุบายโปรด โดยตรัสว่า วักกลิ ท่านจะมัวมามองดูร่างกายอันเน่าเปื่อยนี้ไย ผู้ใดเห็นธรรม ผู้นั้นจึงจะเห็นเรา พระวักกลิน้อยใจที่พระองค์ตรัสห้ามเช่นนั้น จึงอำลาจากพระองค์จะไปโดดภูเขาตาย ในเมื่อใกล้โดดพระองค์ได้เปล่งรัศมีให้เห็น ประหนึ่งไปประทับอยู่เฉพาะหน้า พระวักกลิวิ่งโลดโผเข้าไปในรัศมีของพระองค์ด้วยความปีติเลื่อมใสอันแรงกล้า ก็ได้บรรลุมรรคผลในกาลบัดนั้น สมความปรารถนาแล้วก็มาเฝ้าพระบรมศาสดาโดยทางอากาศ

สวากาเร ทวากาเร ชานาติ อีกประการหนึ่ง พระองค์ทรงรู้แจ้งว่าสัตว์จำพวกใดมีอาการดีมีอาการชั่ว แก้ไหวหรือไม่ไหว มีสัทธามีปัญญา หรือว่าหาสัทธา หาปัญญามิได้เลย

ภัพเพ อภัพเพ ชานาติ ประการหนึ่งทรงรู้ว่า สัตว์จำพวกใดทรงโปรดได้ จำพวกใดทรงโปรดไม่ได้ เช่น สัตว์พวกสัมมาทิฏฐิโปรดได้ จำพวกมิจฉาทิฏฐิโปรดไม่ได้

โอกาศโลก

สภาพที่รับรองซึ่งกันและกัน คือ อากาศรับรองธาตุไฟ ๆ รับรองธาตุน้ำ ๆ รับรองธาตุดิน ๆ รับรองภูเขาตรีกุฏ ๆ รับรองภูเขาสุเมรุราช ๆ รับรองชั้นจาตุมหาราช ๆ รับรองชั้นดาวดึงส์ ๆ รับรองชั้นยามา ๆ รับรองดุสิต ๆ รับรองนิมมานรดี ๆ รับรองปรนิมมิตวสวัตดี ๆ รับรองพรหมปริสัชชา ๆ รับรองพรหมปโรหิตา ๆ รับรองมหาพรหมา ๆ รับรองปริตตภา ๆ รับรองอัปปมาณาภา ๆ รับรองอาภัสสรา ๆ รับรองปริตตสุภา ๆ รับรองอัปปมาณสุภา ๆ รับรองสุภกิณหา ๆ รับรองเวหัปผลาและอสัญญสัตตา ๆ รับรองอวิหา ๆ รับรองอตัปปา ๆ รับรองสุทัสสา ๆ รับรองสุทัสสี ๆ รับรองอกนิฏฐา ๆ รับรองอากาสานัญจายตนะ ๆ รับรองวิญญาณัญจายตนะ ๆ รับรองอากิญจัญญายตนะ ๆ รับรองเนวสัญญานาสัญญายตนะ ส่วนสูง (มนุสสโลกโตปัฏฐาย) แต่มนุษย์โลกขึ้นไปถึงชั้นจาตุมหาราชิกาได้สี่หมื่นสองพันโยชน์ (กายเทวดาสูงร้อยเส้นใหญ่พอสมควร อายุห้าร้อยปีทิพย์ นับปีของมนุษย์ได้เก้าล้านปี) แต่จาตุมหาราชิกาขึ้นไปถึงดาวดึงส์ ได้สี่หมื่นสองพันโยชน์ แต่ดาวดึงส์ขึ้นไปถึงยามาได้สี่หมื่นสองพันโยชน์ แต่ยามาขึ้นไปถึงดุสิตได้สี่หมื่นสองพันโยชน์ แต่ดุสิตขึ้นไปถึงนิมมานรดีได้สี่หมื่นสองพันโยชน์ แต่นิมมานรดีขึ้นไปถึงปรนิมมิตวสวัตดีได้สี่หมื่นสองพันโยชน์ แต่ปรนิมิตวสวัตดีขึ้นไปห้าล้านห้าแสนแปดพันโยชน์ ถึงพรหมปริสัชชาขึ้นไปอีกเท่านั้น พรหมปโรหิตาขึ้นไปเท่า ๆ กันดังนี้ จนถึงเนวสัญญานาสัญญายตนะ มีระยะสูงเท่า ๆ กันดังนี้

ธาตุ ๖ — ขันธ์ ๕

ธาตุส่วนหยาบที่มีอยู่ตามปกติ คือ

ดินหนา	๒๔๐,๐๐๐ โยชน์
น้ำหนา	๔๘๐,๐๐๐ โยชน์
ไฟหนา	๙๖๐,๐๐๐ โยชน์
ลมหนา	๑,๙๒๐,๐๐๐ โยชน์
วิญญาณหนา	๓,๘๔๐,๐๐๐ โยชน์

อากาศหนาลงไปไม่มีที่สุด เช่นภพ ๓ นี้อากาศที่อยู่รอบ ๆ ภพก็ไปจดกับภพที่อยู่รอบ ๆ ออกไป ข้างล่างจดขอบบนของโลกันต์ ข้างบนจดขอบล่างของนิพพาน ทุก ๆ ระหว่างของภพเหล่านี้มีพระพุทธเจ้ารักษาอยู่ทั้งนั้น

ธาตุเหล่านี้ ความจริงเป็นเพียงธาตุส่วนที่เรียกว่าโอกาศโลก สำหรับธาตุที่เป็นส่วนขันธโลกนั้นละเอียดลงไปยิ่งกว่านี้หลายเท่าพันทวี เพราะขันธ์นั้นเป็นธาตุที่กลั่นมาจากธาตุอีกทีหนึ่ง

เครื่องกลั่นธาตุนี้ ตั้งอยู่ในศูนย์กลางธาตุทั้ง ๖ ปริมาณความใหญ่โตของเครื่องก็เต็มธาตุนั้น เมื่อเครื่องแรกกลั่นธาตุเหล่านี้แล้ว ก็เอาแต่ส่วนที่ละเอียดที่สุดไปเก็บเข้าเครื่องกลั่นที่ ๒–๓–๔–๕–๖–๗ ต่อไปเป็นลำดับ เมื่อเครื่องที่ ๗ กลั่นเสร็จแล้วก็ทำการส่งธาตุที่ถูกกลั่นนั้นเข้ามาที่เครื่องศูนย์กลางของภพ ๓ นี้ (การส่งธาตุนั้นส่งโดยทางอายตนะของเครื่องที่ ๗ กับเครื่องในภพ ๓) เมื่อเครื่องในภพ ๓ นี้รับธาตุมาแล้วก็จะเอามาเข้าเครื่องสำเร็จเก็บไว้เป็นเซพทะเล เซพทะเลเวลาที่ได้ธาตุมาแล้วเครื่องที่ศูนย์กลางภพ ๓ ก็จะทำหน้าที่ประกอบเป็นขันธ์ ๕ ขึ้น ประกอบได้สำเร็จพอกับปฐมวิญญาณ (กายที่จะต้องมาอาศัยขันธ์) ขันธ์ที่ประกอบไว้แล้วนั้นเป็นส่วนเฉพาะกายหนึ่ง ๆ ไม่มีปนเปกัน ส่วนดี ส่วนชั่ว ส่วนไม่ดี ไม่ชั่ว ก็มีผู้ควบคุมไว้เป็นส่วน ๆ

เวลาที่จะส่งมาเป็นกายนั้น อาศัยกายทิพย์ที่มาถึงศูนย์กลางภพนั้น เข้าเครื่องประกอบพร้อมกับธาตุที่สำเร็จเป็นขันธ์ ประจำภพแล้ว ก็จะส่งเข้ายังเครื่องที่ศูนย์กลางกายของพ่อ ธาตุสำเร็จที่ส่งเข้าไปในศูนย์กลางกายของพ่อนั้นขนาดเล็กเพียงเท่าเมล็ดโพธิ์เมล็ดไทรเท่านั้น เป็นชายก็ส่งผ่านเข้าโดยทางจมูกขวา หญิงเข้าทางซ้าย เวลาที่จะออกจากศูนย์กลางกายพ่อไปอยู่ในศูนย์กลางกายแม่ก็อาศัยความดึงดูดของอายตนะของเครื่องที่มีอยู่ในศูนย์กลางกายแม่รับเอามาจากศูนย์ของพ่อมาไว้ที่ขั้วมดลูกของแม่ ต่อจากนั้นก็อาศัยธาตุส่วนหยาบรักษาหล่อเลี้ยงกันต่อไป

เวลาที่กายดับ เครื่องในศูนย์กลางภพก็ดูดเอาธาตุเหล่านี้ไปเก็บไว้ตามเดิม

สำหรับขันธ์ของทิพย์ ก็กลั่นเอาไปจากขันธ์ของมนุษย์ ขันธ์ของทิพย์ก็กลั่นต่อไปเป็นของรูปพรหม, อรูปพรหม, ธรรม, ต่อ ๆ กันขึ้นไปเป็นลำดับ

อนุตตโรปุริสทัมมสารถิ

พระคุณข้อนี้หมายความว่า พระองค์ก็เปรียบเสมือนสารถีผู้ฝึกสอนคนเป็นอย่างดีหาผู้อื่นเสมอเหมือนมิได้ ว่าโดยย่อก็คือ พระองค์มีพระปรีชาญาณเฉลียวฉลาดในอันที่จะฝึกสอนคนให้เป็นคนดีได้ ว่าโดยที่สุดก็คือให้สามารถบรรลุมรรคผลนิพพานได้ ย่นคำสอนของพระองค์ก็คือ ศีล สมาธิ ปัญญา แต่พระองค์มีอุบายสอนต่าง ๆ นานา สุดแล้วแต่จะทรงพิจารณาเห็นว่าบุคคลจำพวกใดมีนิสัยอย่างไร ก็ทรงใช้อุบายสอนให้ต้องกับนิสัย เช่นพระนันทกุมารมีนิสัยหนัก

ไปในทางราคจริต พระองค์ทรงเนรมิตเป็นรูปนางฟ้าเข้าล่อ จนพระนันทกุมารเห็นว่าสวยกว่านางคู่รักของเธอ แล้วก็ทรงยักเยื้องวิธีจนพระนันทกุมารเบื่อหน่ายในรูป

ในบางกรณี เพื่อการเผยแพร่พระพุทธศาสนา พระองค์ทรงใช้อิทธิปาฏิหาริย์มากมาย ดังเช่นเรื่องอุรุเวลกัสสปะเป็นต้น ซึ่งมีเรื่องว่าครั้งเมื่อพระองค์คิดจะทรงปลูกฝังพระศาสนาให้เป็นปึกแผ่นในกรุงราชคฤห์ แต่มีคณาจารย์คนสำคัญอยู่ที่นั่นชื่ออุรุเวลกัสสปะซึ่งมีคนนับถือมาก ถ้าปราบอุรุเวลกัสสปะเสียได้พระพุทธศาสนาจึงจะรุ่งเรือง พระองค์จึงเสด็จไปยังอาศรมแห่งอุรุเวลกัสสปะ ตรัสขออาศัยพักสักราตรีหนึ่งที่โรงเพลิง อุรุเวลกัสสปะว่าที่นั่นมีพระยานาคพิษร้ายอยู่ตัวหนึ่ง พระองค์ว่าไม่เป็นไรก็เสด็จประทับอยู่ที่นั่น ครั้นตกเวลากลางดึกพระยานาคสำแดงพิษ หรือเรียกว่าพ่นพิษทำร้ายพระองค์ แต่พระองค์ทรงดำรงพระสติเฉพาะหน้าต่อพระกัมมัฏฐานภาวนานุโยค ประมวลมาซึ่งอิทธาภิสังขารสำแดงเตโชกสิณสมาบัติบันดาลให้เป็นเปลวเพลิง ยังพระยานาคให้พ่ายแพ้ด้วยฤทธิ์ของพระองค์ แล้วให้ขดตัวอยู่ในบาตรเอาไปให้อุรุเวลกัสสปะกับบริวารดู แต่อุรุเวลกัสสปะก็ยังไม่เลื่อมใส ยังถือทิฏฐิว่าตนเป็นอรหันต์อยู่ พระองค์ก็ทรงแสดงอีกหลายประการ ตลอดจนแสดงจงกรม คือเดินอยู่บนน้ำแล้วเหาะขึ้นบนอากาศ แล้วเลื่อนลอยลงมาสู่เรือของอุรุเวลกัสสปะ และบริวารที่ไปดูอยู่นั้น แล้วในที่สุดจึงชี้แจงให้พวกอุรุเวลกัสสปะรู้ตัวว่า ทางที่พวกเธอปฏิบัติอยู่นั้นมิใช่ทางที่จะบรรลุมรรคผล พวกเธอยังไม่ใช่พระอรหันต์ อุรุเวลกัสสปะได้สดับพระพุทธฎีกาก็ละทิฐิซบเศียรลงแทบฝ่าพระบาทพระองค์ ขอบรรพชาอุปสมบทในสำนักพระองค์ลำดับนั้น แล้ว นทีกัสสปะและคยากัสสปะผู้เป็นน้องของอุรุเวลกัสสปะ ซึ่งต่างก็มีบริวารและเป็นคณาจารย์ตั้งอาศรมอยู่ถัด ๆ กันไปตามลำดับของลำน้ำเนรัญชราทางใต้ ทราบเรื่องราวขึ้นก็พากันเลื่อมใส มาขอบรรพชาอุปสมบทในสำนักพระองค์หมดสิ้น ดังนี้พระองค์จึงเป็นผู้ฝึกสอนอย่างดีเลิศ ไม่มีผู้ใดเสมอเหมือน จึงได้พระนามว่า อนุตตโรปุริสทัมมสารถิ

สัตถาเทวมนุสสานัง

แปลว่า พระองค์เป็นบรมครูแห่งเทวดาและมนุษย์ทั้งหลาย ข้อนี้สาธกได้ด้วยพุทธกิจ ๕ ประการ ซึ่งว่า ๑ เวลาเช้าบิณฑบาต ๒ เย็นทรงแสดงธรรม ๓ พลบค่ำทรงให้โอวาทภิกษุ ๔ เที่ยงคืนแก้ปัญหาเทวดา ๕ ย่ำรุ่งพิจารณาดูเวไนยสัตว์ที่พึงจะโปรด จะเห็นได้ว่าในข้อ ๒–๓ นั้นทรงเป็นครูมนุษย์ ข้อ ๔ นั้นทรงเป็นครูเทวดา และยังมีมงคลสูตรเป็นข้อยืนยันอีก เพราะเหตุที่พระองค์จะทรงแสดงมงคลสูตรนั้นก็เนื่องจากเหตุว่าเทวดาลงมาเฝ้าและยกปัญหาขึ้นทูลถามว่าอะไรเป็นมงคล พระองค์จึงทรงประทานเทศนามงคลสูตร ซึ่งเริ่มต้นด้วยบทพระคาถาว่า "อเสวนา จ พาลานังฯ" เป็นอาทิ ซึ่งแปลว่า อย่าคบคนพาลเป็นต้น

ตลอดจนถึงนิพพานสัจฉิกิริยา การทำให้แจ้งซึ่งพระนิพพานฯ ซึ่งพระองค์ตรัสว่าสิ่งเหล่านี้ล้วนเป็นมงคลทั้งสิ้น ดังนี้จึงได้พระนามว่า สัตถา เทวมนุสสานัง พระองค์เป็นบรมครูทั้งเทวดาและมนุษย์

พุทโธ

คำว่า พุทโธ แปลได้หลายนัย แต่ในที่นี้จะขอแปลไปในทางที่ว่า เป็นผู้บานแล้วหรือเบิกบานแล้ว ที่ว่าบานนั้นเปรียบด้วยดอกประทุมชาติ คือบานเหมือนดอกบัวที่บานแล้วเต็มที่ การที่พระองค์ทรงประกอบความเพียรอยู่ด้วยประการต่าง ๆ เมื่อยังไม่ได้บรรลุสัมมาสัมโพธิญาณเปรียบเหมือนดอกบัวที่ยังตูมอยู่ ต่อรุ่งอรุณแห่งวันวิสาขปุรณมี พระองค์ได้ตรัสรู้แล้ว จึงเปรียบเสมือนดอกบัวที่บานแล้ว บานในเวลารุ่งอรุณแห่งวันวิสาขปุรณมีนั้นเอง นัยที่ว่าเบิกบานนั้น หมายความว่า เมื่อพระองค์ได้ทรงตรากตรำเป็นเวลาล่วงถึง ๖ พรรษาแล้ว จึงได้มาตรัสรู้อนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณ ได้รับผลเป็นองค์อรหัง และสัมมาสัมพุทโธฯ ดังบรรยายมาข้างต้นแล้ว พระกมลหฤทัยของพระองค์ก็ย่อมผ่องแผ้วเบิกบานเต็มที่ เหตุว่าได้ผลสมปรารถนาที่พระองค์ทรงตั้งปณิธานเพียรบำเพ็ญมา ฉะนี้จึงได้พระนามว่าพุทโธ

ขอย้ำอีกหน่อยว่า การที่นำเอาดอกบัวบานมาเทียบความหมายแห่งคำว่าพุทโธนั้นก็เพราะเหตุว่าเมื่อปฐมกัลป์เริ่มตั้งศีรษะแผ่นดินขึ้นใหม่ ๆ มีกอบัวเกิดขึ้นพร้อมทั้งมีดอก ๕ ดอก ท้าวสุธาวาสหยั่งรู้ว่านี้เป็นนิมิตว่า ในกัลป์นี้จะมีพระพุทธเจ้ามาตรัสโปรดเวไนยสัตว์ ๕ พระองค์ จึงปกาสิตคำว่า น, โม, พุท, ธา, ยะ ไว้ ซึ่งมีความหมายว่า นะ คือ พระกุกกุฏสันโท โม คือพระโกนาคม พุท คือพระพุทธกัสสปะ ธา คือพระสมณโคดม ยะ คือพระศรีอาริยเมตไตรย์ ซึ่งได้ปรากฏเป็นที่นับถือกันมาจนบัดนี้

ภควา

คำว่า ภควา แปลได้หลายนัย แปลว่าหักก็ได้ แจกก็ได้ ที่ว่าหักนั้นหมายความว่าพระองค์หักเสียได้ซึ่งสังสารจักร กล่าวคือ อวิชชา ตัณหา อุปาทาน กรรมอันเป็นเสมือนตัวจักร อันพัดผันส่งต่อไปยังกันและกัน เป็นกำลังดันให้หมุนเวียนวนว่ายอยู่ในวัฏฏสงสาร มิให้ออกจากภพ ๓ พระองค์หักเสียได้แล้ว พระองค์จึงพ้นไปจากภพทั้ง ๓ คือ กามภพ รูปภพ อรูปภพ เสด็จออกสู่นิพพานไป

ที่ว่า แจก นั้นมีความหมายว่า เมื่อพระองค์ได้ตรัสรู้อนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณแล้ว พระองค์เป็นสัพพัญญู ทรงรู้แจ้งธาตุธรรมทั้งปวงหมด จึงทรงสามารถจำแนกแยกแยะธรรมส่วนที่ละเอียด ๆ ให้เห็นเช่น ทรงจำแนกขันธ์ ธาตุ อายตนะ จิต เจตสิก รูป นิพพาน ดังนี้เป็นต้น ตลอดจนหลักธรรมอื่น ๆ ทั้งมวลให้สาวกได้รู้เห็นรับปฏิบัติสืบ ๆ กันมา

ธรรมคุณ

สวากขาโต ภควตา ธัมโมฯ

ต่อไปเป็นเรื่องธรรมคุณ ธรรมในที่นี้จะกล่าวเฉพาะพระสัทธรรม คำสอนของพระ-พุทธเจ้าที่ว่าสวากขาโต แปลว่าพระองค์กล่าวแล้วดีนั้น ก็คือว่าธรรมที่พระองค์ตรัสสอนนั้นล้วนแต่จะเป็นผลส่งให้ผู้ประพฤติปฏิบัติตามได้รับความร่มเย็นเป็นสุขทั้งสิ้น จึงได้ชื่อว่าเป็นธรรมที่พระองค์กล่าวแล้วดี ดีก็คือไม่มีเสีย คือคำสอนของพระองค์ไม่ให้ทุกข์แก่ผู้ปฏิบัติเลย มีแต่จะนำไปสู่สุขอย่างเดียว มีอริยมรรคเป็นข้อสาธกที่ทรงสอนไว้ว่า ความเห็นชอบ ๑, ความดำริชอบ ๑, กล่าววาจาชอบ ๑, ประกอบการงานชอบ ๑, หาเลี้ยงชีพโดยชอบ ๑, ทำความเพียรชอบ ๑, ตั้งสติไว้ชอบ ๑, สมาธิชอบ ๑, พิจารณาดูให้ดีจะเห็นธรรมเหล่านี้ ผู้ใดประพฤติได้จะให้ผลไม่เฉพาะแต่ทางธรรม แม้ในทางโลกก็อำนวยผลดีให้แก่ผู้ปฏิบัติเหมือนกัน ดังนี้ธรรมที่พระองค์ตรัสสั่งสอนไว้ได้ชื่อว่า "สวากขาตธรรม"

พระสัทธรรมของพระองค์ แบ่งเป็นหมวดใหญ่ ๆ ได้ ๓ หมวดคือ ปริยัติธรรม ๑, ปฏิบัติธรรม ๑, ปฏิเวธธรรม ๑

ปริยัติธรรมนั้น ได้แก่คำสั่งสอนอันเป็นแนวนำไปสู่ปฏิบัติธรรม ส่วนปฏิบัติธรรมนั้นเป็นคำสอนที่บ่งวิธีการปฏิบัติโดยตรง ซึ่งจะมีผลส่งให้ถึงปฏิเวธธรรม คือการรู้แจ้งแทงตลอดสภาวะความเป็นจริงทั้งมวล

สันทิฏฐิโก

แปลว่า ธรรมดาคำสอนของพระองค์นั้นไม่เหมือนสิ่งของอื่น ๆ ซึ่งคนหนึ่งแลเห็นแล้วชี้ไป อีกคนหนึ่งจะแลเห็นได้ด้วยกันอย่างนั้น หามิได้ ผู้ใดปฏิบัติตามผู้นั้นจะเห็นผลได้ด้วยตนเองว่าเป็นอย่างไร

อกาลิโก

ผู้ใดปฏิบัติ ผู้นั้นย่อมได้รับผลเสมอโดยไม่มีจำกัดเวลาว่ามีเขตเพียงนั้นเพียงนี้

เอหิปัสสิโก

เพราะเหตุว่าเป็นของดี ของจริง เมื่อผู้ใดปฏิบัติได้แล้วจึงเป็นเสมือนสิ่งของที่น่าจะเรียกบอกคนอื่นมาดูว่า นี่ ดี จริง อย่างนี้

โอปนยิโก

เพราะเหตุว่าการปฏิบัติตามคำสอนของพระองค์พบของดีของจริงดังกล่าวมาแล้วนั้น ควรจะน้อมนำเอาของดีของจริงที่พบแล้วนั้นเข้ามาไว้ในตน คือยิ่งถือปฏิบัติเรื่อยไปไม่ละวางเสีย

ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิ

แปลว่า ธรรมของพระองค์นั้น วิญญูชนจะพึงรู้ได้เฉพาะด้วยตนเอง ข้อนี้ก็คล้ายกับสันทิฏฐิโกที่กล่าวข้างต้น ต่างแต่ว่าข้อนั้นกล่าวถึงอาการเห็น ส่วนข้อนี้กล่าวถึงอาการรู้ กล่าวคือผู้ปฏิบัติตามธรรมของพระองค์ จะรู้ว่าธรรมของพระองค์ดีจริงอย่างไร และเมื่อปฏิบัติตามแล้วได้ผลเป็นอย่างไร ดังนี้ย่อมเกิดจากการปฏิบัติของตนเอง ด้วยใจของตนเอง ผู้อื่นจึงพลอยรู้ด้วยไม่ได้ มันเป็นรสทางใจ หากใจผู้ปฏิบัติเขาเยือกเย็นเป็นสุขสักปานใด แม้เขาจะเอามาเล่าให้เราฟัง ใจเราก็จะไม่เย็นอย่างเขา ตามคำที่เขาเล่าบอกนั้นได้ จะไม่ผิดอะไรกับคนหนึ่งได้กินแกงชนิดหนึ่งมาเล่าให้เราฟังว่ามันอร่อยอย่างนั้นอย่างนี้ ก็จะไม่ทำให้เราเปิบข้าวเปล่า ๆ โดยนึกเอารสแกงที่เขาว่านั้นมาประสมให้ได้รสอร่อยอย่างเขาว่านั้นได้

สังฆคุณ

สุปฏิปันโน ภควโต สาวกสังโฆ สาวกของพระองค์ผู้มีพระภาคเจ้านั้น ย่อมมี ๒ จำพวก คือ ปุถุชนสาวก ๑ อริยสาวก ๑ ปุถุชนสาวกนั้น ได้แก่ผู้ที่เลื่อมใสในพระรัตนตรัย แต่ยังมิได้บรรลุธรรมวิเศษอันใด ยังเป็นปุถุชนอยู่ จึงได้ชื่อว่าปุถุชนสาวก แต่สาวกตามความหมายในบทสังฆคุณที่ยกขึ้นกล่าวข้างต้นนี้เฉพาะแต่อริยสาวกเท่านั้น อริยสาวก แปลว่า สาวกผู้ประเสริฐ คือสาวกที่ได้บรรลุธรรมวิเศษแล้ว พ้นจากฐานะปุถุชนแล้ว เรียกตามโวหารในทางศาสนาว่าเป็นชั้นอริยะ สาวกชั้นอริยะหรือที่เรียกว่าอริยสาวกนั้น ท่านจัดเป็น ๔ คู่ คือ โสดามรรค โสดาผลคู่ ๑, สกทาคามิมรรค สกทาคามิผลคู่ ๑, อนาคามิมรรค อนาคามิผลคู่ ๑, อรหัตตมรรค อรหัตตผลคู่ ๑, แต่ถ้าจัดเป็นรายบุคคล ท่านจัดเป็น ๘ คือ โสดาปัตติมรรค ๑, โสดาปัตติผล ๑, สกทาคามิมรรค ๑, สกทาคามิผล ๑, อนาคามิมรรค ๑, อนาคามิผล ๑, อรหัตตมรรค ๑, อรหัตตผล ๑, จึงรวมเป็นอริยบุคคล ๘ จำพวกด้วยกัน แบ่งเป็นชั้น ๆ ตามลำดับธรรมวิเศษที่ได้บรรลุ

พระอริยบุคคลบำเพ็ญกิจถูกส่วน เพ่งที่ศูนย์กลางกายเป็นดวงใสจนแลเห็น กายมนุษย์ กายทิพย์ กายรูปพรหม กายอรูปพรหม จนถึงกายธรรมเป็นชั้นที่ ๕ เป็นชั้น ๆ ไป โดยนัยดังที่จะกล่าวต่อไปนี้ คือชั้นต้น ดูดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ ที่ศูนย์กลางกายมนุษย์ให้

เป็นดวงใส แล้วขยายให้กว้างออกไป วัดเส้นผ่าศูนย์กลางได้ ๒ วา หนา ๑ คืบ ใสเหมือนกระจกเงาส่องหน้า นี่เป็นปฐมฌาน แล้วกายธรรมนั่งบนนั้น ดังนี้เรียกว่ากายธรรมเข้าปฐมฌาน แล้วเอาตาธรรมกายที่นั่งบนฌานนั้น เพ่งดูดวงธรรมที่ศูนย์กลางกายทิพย์เห็นเป็นดวงใส แล้วขยายส่วนเท่ากันนั้น ธรรมกายน้อมเข้าฌานที่ ๒ นั้น แล้วฌานที่ ๑ ก็หายไป ฌานที่ ๒ มาแทนที่ ธรรมกายนั่งบนนั้น นี้ชื่อว่าธรรมกายเข้าฌานที่ ๒ ทำนองเดียวกันนั้นต่อ ๆ ไป ในกายรูปพรหมกายอรูปพรหม (นี่เป็นส่วนรูปฌาน) ต่อจากนี้ไปให้ใจธรรมกายน้อมไปว่าละเอียดกว่านี้มี ฌานที่ ๔ ก็หายไป ฌานที่ ๕ เกิดขึ้นแทนที่เรียกว่า อากาสานัญจายตนะ (ใสสว่าง) เมื่อธรรมกายนั่งอยู่บนฌานที่ ๕ ดังนี้แล้ว ใจธรรมกายน้อมไปว่าละเอียดกว่านี้มีอีก ฌานที่ ๕ ก็หายไป ฌานที่ ๖ มาแทนที่ เรียกว่าวิญญาณัญจายตนะ (ใสยิ่งกว่านั้น) ธรรมกายนั่งอยู่บนฌานที่ ๖ แล้วนั้น ใจกายธรรมน้อมไปอีกว่าละเอียดกว่านั้นมี ฌานที่ ๖ ก็หายไป ฌานที่ ๗ มาแทนที่เรียกว่าอากิญจัญญายตนะ (ใสยิ่งขึ้นไปอีก) ธรรมกายนั่งอยู่บนฌานที่ ๗ นั้นแล้ว ใจธรรมกายก็น้อมไปอีกว่าละเอียดกว่านี้มีอีก ฌานที่ ๘ ก็บังเกิดขึ้นทันทีเรียกว่าเนวสัญญานาสัญญายตนะ รู้สึกว่าละเอียดจริง ประณีตจริง นี้เรียกว่าเข้าฌานที่ ๑–๘ โดยอนุโลม แล้วย้อนกลับจับแต่ฌานที่ ๘ นั้นถอยลงมาหาฌานที่ ๗–๖–๕–๔–๓–๒–๑ เรียกว่าปฏิโลม ทำดังนี้ ๗ หน ธรรมกายจึงคงไปอยู่บนฌานที่ ๘ ในระหว่างเข้าฌานนั้น ตั้งแต่ ๑ ถึง ๘ นั้น ตาธรรมกายดูทุกขสัจจ์ เห็นชัดแล้วดูสมุทัยสัจจ์ เห็นชัดแล้วดูนิโรธสัจจ์ เห็นชัดแล้วดูมรรคสัจจ์ เมื่อถูกส่วนเข้าธรรมกายตกศูนย์เป็นดวงใส วัดผ่าศูนย์กลางได้ ๕ วา ในไม่ช้าศูนย์นั้นกลายกลับเป็นธรรมกาย หน้าตักกว้าง ๕ วา สูง ๕ วา นี่เป็นพระโสดาแล้ว แล้วธรรมกายโสดานั้นเข้าฌาน แล้วพิจารณาอริยสัจจ์ ๔ ในกายทิพย์ทำนองเดียวกับที่กล่าวมาแล้วนั้น เมื่อถูกส่วนธรรมกายโสดาตกศูนย์ วัดผ่าศูนย์กลางได้ ๑๐ วา ไม่ช้าศูนย์นั้นกลับเป็นธรรมกายหน้าตัก ๑๐ วา สูง ๑๐ วา มีชื่อว่าพระสกทาคามี แล้วธรรมกายเข้าฌาน และพิจารณาอริยสัจจ์ในกายรูปพรหมทำนองเดียวกันนั้น เมื่อถูกส่วนธรรมกายสกทาคาตกศูนย์ วัดเส้นผ่าศูนย์กลางได้ ๑๕ วา แล้วกลับเป็นธรรมกาย หน้าตัก ๑๕ วา สูง ๑๕ วา มีชื่อว่าพระอนาคามี แล้วเอาธรรมกายของพระอนาคามีเข้าฌานพิจารณาอริยสัจจ์ ๔ ในกายอรูปพรหม เห็นชัดเช่นเดียวกันกับที่กล่าวมา เมื่อถูกส่วนธรรมกายพระอนาคามีตกศูนย์ วัดเส้นผ่าศูนย์กลางได้ ๒๐ วา แวบเดียวกลับเป็นธรรมกายหน้าตักกว้าง ๒๐ วา สูง ๒๐ วา นี้เป็นพระอรหัตต์แล้ว

ที่ว่าธรรมกายนั้น สัณฐานเป็นรูปพระพุทธปฏิมากรเกตุดอกบัวตูม สีขาวเป็นเงาใสเหมือนกระจกส่องหน้า ชั้นพระโสดา ละกิเลสได้ ๓ คือ สักกายทิฏฐิ วิจิกิจฉา สีลัพพตปรามาส ที่ท่านละสักกายทิฏฐิได้ก็โดยท่านพิจารณาเห็นชัดว่า สังขารร่างกายนี้เหมือนเรือนที่อาศัยอยู่ชั่วคราว ไม่ช้าก็จะแตกจะทำลายไป จะยึดถือเอาเป็นตัวเป็นตนมิได้ เป็นสักแต่ธาตุทั้งหลายประสมส่วนกันเข้า จึงเป็นรูปเป็นนาม ย่อมแปรผันไปตามลักษณะของมัน ไม่ยืนยงคงที่

ถ้าไปยึดถือเป็นตัวเป็นตนก็รังแต่จะนำความทุกข์มาให้ ดังที่กล่าวมานี้ เป็นอนิจจัง ทุกขัง อนัตตา แต่ส่วนธรรมกายนั้นท่านเห็นว่าเป็น นิจจัง สุขัง อัตตา ท่านจึงไม่แยแสต่อกายมนุษย์ โดยเห็นว่าเป็นของไม่มีสาระดังกล่าวข้างต้น ท่านจึงข้ามพ้นซึ่งสักกายทิฏฐิไปได้

ที่ท่านละวิจิกิจฉาได้ ก็ด้วยท่านเข้าถึงธรรมกายแล้ว ถอดกายทั้ง ๔ ซึ่งเป็นโลกีย์ ถอดเป็นขั้นออกไปเสียได้แล้วท่านจึงหมดความกินแหนงสอดแคล้วในพระรัตนตรัย เพราะท่านเป็นตัวพระรัตนตรัยเสียแล้ว

ที่ท่านละสีลัพพตปรามาสได้นั้น ก็เพราะเมื่อท่านเป็นตัวพระรัตนตรัยเสียเช่นนี้แล้ว ศีลและวัตรใดอันเป็นฝ่ายมิจฉาทิฏฐินอกพระพุทธศาสนาไม่มีในท่านแล้ว จึงได้ชื่อว่าท่านพ้นแล้วจากสีลัพพตปรามาส คือการยึดมั่นซึ่งศีลและวัตรนอกพระพุทธศาสนา

ชั้นพระสกทาคา นอกจากกิเลส ๓ อย่าง ดั่งที่พระโสดาละได้แล้วนั้น ยังละกามราคะพยาบาทอย่างหยาบได้อีก ๒ อย่าง

กามราคะได้แก่ความกำหนัด ยินดีในวัตถุกามและกิเลสกาม พยาบาทคือการผูกใจโกรธ

พระอนาคาละกามราคะพยาบาทขั้นละเอียดได้

พระอรหัตต์ละกิเลสทั้ง ๕ ดังกล่าวมาแล้วนั้นได้โดยสิ้นเชิง แล้วยังละสังโยชน์เบื้องบนได้อีก ๕ คือ รูปราคะความกำหนัดยินดีในรูปฌาน อรูปราคะความกำหนัดยินดีในอรูปฌาน มานะความถือตน อุทธัจจะความฟุ้งซ่าน อวิชชาความมืด ความโง่ ไม่รู้อดีต ปัจจุบัน และอนาคตของสังขาร ไม่รู้ปฏิจจสมุปบาทธรรม และอริยสัจจ์จึงรวมเป็น ๑๐ ที่พระอรหัตต์ละได้

พระอริยบุคคลทั้ง ๘ ดังกล่าวมาข้างต้นนี้ได้ชื่อว่าอริยสาวก

สุปฏิปันโน ท่านปฏิบัติแล้วดี คือปฏิบัติไปตามแนวมัชฌิมาปฏิปทา เป็นทางสายกลาง ตามที่สมเด็จพระบรมศาสดาดำเนินมาแล้ว ไม่หย่อนเกินไป ไม่ตึงเกินไป จึงได้ชื่อว่าปฏิบัติดี

อุชุปฏิปันโน ปฏิบัติแล้วตรง คือความปฏิบัติท่านมุ่งตรงต่อพระนิพพาน ไม่ว่อกแว่กไปทางอื่น

ญายปฏิปันโน ปฏิบัติมุ่งเพื่อรู้ธรรมที่จะออกจากภพ ๓ โดยแท้

สามีจิปฏิปันโน ปฏิบัติอย่างดีเลิศ

เพราะท่านปฏิบัติเพื่อบรรลุถึงพระนิพพานจริง ๆ ไม่ใช่เพื่อเหตุอื่น จึงสมควรนับว่าเป็นการปฏิบัติอย่างดีเลิศ

อาหุเนยโย จึงเป็นผู้ควรเคารพสักการะ

ปาหุเนยโย จึงเป็นผู้ควรต้อนรับ

ทักขิเนยโย จึงเป็นผู้ควรรับของที่เขาทำบุญ

อัญชลีกรณีโย จึงสมควรกราบไหว้

อนุตตรัง ปุญญักเขตตังโลกัสสะ เป็นเนื้อนาบุญอันเลิศ ไม่มีอื่นจะดีกว่าอีกแล้ว นี่เป็นเรื่องสังฆคุณ

เมื่อเรารู้แนวปฏิบัติของสมเด็จพระสัมมาสัมพุทธเจ้าและพระสาวกดังกล่าวมาข้างต้นนี้แล้ว เรามีหน้าที่จะต้องพิจารณาไตร่ตรองดูว่า เราจะทำอย่างไร เราเพียงท่องจำ อิติปิโส ภควาฯ ไว้กระนั้นหรือ หรือจะพยายามนึกคำแปลไว้ให้เข้าใจด้วย และระลึกถึงพระคุณเหล่านี้เนือง ๆ ดังนี้หรือ เราไม่พึงกระทำอะไรยิ่งไปกว่านี้หรือ ในปัญหาเหล่านี้ขอให้เราส่งใจไประลึกถึงพระโอวาทในเรื่องบูชา บูชามี ๒ อย่าง อามิสบูชา คือ บูชาด้วยเครื่องสักการะอย่างหนึ่ง ปฏิบัติบูชา คือ บูชาด้วยการปฏิบัติอย่างหนึ่ง ในการบูชาทั้ง ๒ อย่างนี้พระองค์ทรงสรรเสริญว่าปฏิบัติบูชาดีกว่าอามิสบูชา เมื่อคิดทบทวนดูเหตุผลในพระโอวาทข้อนี้แล้ว เราจะเห็นได้ชัดทีเดียวว่าพระองค์มีพระประสงค์จะให้พวกเรามีความเพียรพยายามปฏิบัติเจริญรอยตามพระองค์มากกว่าที่จะมามัวบูชาพระองค์อยู่ หาไม่พระองค์จะตรัสเช่นนั้นทำไม และโดยนัยอันนี้เอง จึงเป็นที่เห็นได้ว่า แม้เวลานี้จะเป็นกาลล่วงมาช้านานจากที่พระองค์เสด็จดับขันธ์-ปรินิพพานไปแล้ว ก็ไม่มีอะไรเป็นข้อห้ามว่าผู้ที่ปฏิบัติตามจะไม่ได้รับผลอย่างที่ท่านได้รับ นอกจากคำกล่าวอ้างของคนเกียจคร้าน ข้อนี้มีคำว่าอกาลิโก ในบทธรรมคุณนี้เองเป็นหลักฐานยันอยู่ว่าธรรมของพระองค์ ผู้ใดปฏิบัติตามย่อมจะเกิดผลทุกเมื่อ ไม่มีขีดขั้น พระอริยสาวกทั้งหลายนั้นฐานะเดิมก็เป็นมนุษย์ปุถุชนนี้เอง แม้องค์สมเด็จพระบรมศาสดาก็เช่นกัน มิใช่เทวดา อินทร์ พรหม ที่ไหน แต่ที่เลื่อนขึ้นสู่ฐานะเป็นพระอริยะได้ก็เพราะการปฏิบัติเท่านั้น แนวปฏิบัติอย่างไหนถูกพระองค์สอนไว้ละเอียดหมดแล้ว ปัญหาจึงเหลือแต่ว่าพวกเราจะปฏิบัติกันจริงหรือไม่เท่านั้น

ดังที่พรรณนามานี้ ก็จะเห็นคำตอบในปัญหาข้างต้นได้แล้วว่า เพียงแต่จะท่องจำ อิติปิโส ภควาฯ ไว้ หรือเพียงแต่ระลึกถึงพระคุณเหล่านั้นไว้ จะยังไม่พอแก่พระประสงค์ของพระองค์ กิจที่เราควรทำอย่างยิ่งจึงอยู่ที่การปฏิบัติของท่านตามแนวปฏิบัติของท่าน

ฉันทะ วิริยะ จิตตะ วิมังสา นี้เรียกว่า อิทธิบาท ๔ เป็นหัวใจแห่งความสำเร็จทั้งมวล แปลอย่างจำได้ง่ายว่า ปักใจ, บากบั่น, วิจารณ์, ทดลอง, ไม่ว่าจะทำกิจการใด ถ้าประกอบด้วย ๔ อย่างนี้เป็นสำเร็จทั้งสิ้น ว่าโดยเฉพาะในการบำเพ็ญภาวนา ๑. ต้องปักใจรักการนี้จริง ๆ ประหนึ่งชายหนุ่มรักหญิงสาว ใจจดจ่อต่อหญิงคู่รักฉะนั้น ๒. ต้องบากบั่นพากเพียรเอาจริงเอาจัง ๓. วิจารณ์ตรวจดูการปฏิบัติให้ถูกต้องตามแนวสอนของอาจารย์ให้ดีที่สุด ๔. ทดลองในที่นี้ได้แก่หมั่นใคร่ครวญสอดส่องดูว่า วิธีการที่ทำไปนั้นมีอะไรขาดตกบกพร่องบ้าง รีบแก้ไข อย่างนั้นไม่ดีเปลี่ยนอย่างนี้ลองดูใหม่ เช่นนั่งภาวนาในที่นอนมักจะง่วง ก็เปลี่ยน

มานั่งเสียที่อื่น เป็นต้น ข้อสำคัญให้ยึดแนวสอนเป็นหลักไว้ อย่าออกนอกทาง ๔ อย่างนี้เรียกว่า อิทธิบาท เป็นเครื่องที่จะช่วยให้เกิดความสำเร็จในกิจทั้งปวง

ว่าด้วยรัตนะ

รัตนัตตยังนั้น แปลว่า หมวดสามแห่งรัตนะ คือ พุทธรัตนะ ธรรมรัตนะ สังฆรัตนะ สามรัตนะนี้ประเสริฐกว่าสวิญญาณกรัตนะและอวิญญาณกรัตนะที่มีในไตรภพ ด้วยเป็นของทำความดีให้แก่โลกทั้งสาม คือ กามโลก รูปโลก อรูปโลก กามโลกมีรัตนะที่ใช้กันอยู่ เช่น เพชร หรือแก้วทั้ง**เป็น**และ**ตาย** ที่**เป็น**ดังรัตนะเจ็ดของจักรพรรดิ ที่**ตาย**ดังรัตนะที่นำมาจากต่างประเทศโดยมาก รูปโลกก็มีรัตนะสำหรับให้เกิดแสงสว่างในโลกของเขา อรูปโลกก็มีรัตนะสำหรับให้เกิดแสงสว่างในโลกของเขาดุจกัน ตั้งแต่เทวดาขึ้นไปมีรัตนะทั้ง**เป็น**และ**ตาย** เป็นเครื่องให้เทวดา พรหม และอรูปพรหมอาศัยรัตนะเหล่านี้ และเป็นของทำความยินดีและปลื้มใจให้เกิดขึ้นแก่มนุษย์เทวดา พรหม และอรูปพรหม ได้เท่ากำลังของรัตนะนั้น ๆ ดังนี้เป็น **รัตน ๓ ส่วนโลก** ที่เกิดของ **รัตนะ ๓ ส่วนธรรม** ต้องบรรยายแต่เหตุไป รัตนะทั้ง ๓ นี้เป็นรัตนะที่**เป็น**ไม่ใช่รัตนะที่**ตาย** แต่ที่เกิดรัตนะ ๓ นั้นทำให้มีขึ้นได้ด้วยความเพียรระวังกาย, วาจา, ใจ ให้บริสุทธิ์ เพียรละ กาย, วาจา, ใจ, ไม่บริสุทธิ์เสีย เพียรทำกาย, วาจา, ใจ, บริสุทธิ์ให้เกิดมีขึ้น เพียรรักษากาย, วาจา, ใจ, ที่บริสุทธิ์แล้วให้คงที่และทวีขึ้น ความที่มีขึ้นแล้วแห่งความบริสุทธิ์นั้นให้รักษาไว้อย่าให้หายไปเสีย นึกถึงความบริสุทธิ์นั้นแหละร่ำไป จนใจของตนบริสุทธิ์เหมือนกับความบริสุทธิ์แล้ว ก็จะเห็นความบริสุทธิ์ใสปรากฏอยู่ตรงกลางของกายมนุษย์เหนือสะดือขึ้นมาราว ๒ นิ้ว ตรงนั้นเรียกว่าศูนย์ เป็นดวงประมาณเท่าฟองไข่แดง ใสบริสุทธิ์ดุจกระจกที่ส่องดูหน้าในเวลาแต่งหน้าและแต่งตัว ประมาณของดวงไม่คงที่ บางทีโตกว่าเล็กกว่าก็ได้ อย่างโตไม่เกินดวงจันทร์และดวงอาทิตย์ อย่างเล็กไม่เกินดวงตาดำข้างใน นี้เป็นเครื่องกำหนดของดวง ดวงนั้นแหละคือปฐมมรรค จำเดิมแต่เห็นดวงปฐมมรรคแล้วให้เอาใจของตนจรดอยู่ที่ศูนย์กลางดวงนั้นเสมอในอิริยาบถทั้ง ๔ จนกระทั่งใจของตนนั้นไม่ไปจรดในที่อื่น หยุดอยู่ที่กลางดวงของปฐมมรรคเสมอ เมื่อใจหยุดได้เน่นอนแล้ว ก็ขยับใจนั้นเข้าไปในศูนย์กลางของดวงก็จะเห็นว่างประมาณเท่าเมล็ดโพธิ์หรือเมล็ดไทรที่ศูนย์กลางของดวงนั้น ในเมื่อส่งรู้เข้าไปในกลางว่างเต็ม ทั้งคิด ทั้งจำ ทั้งเห็นแล้ว ก็จะเห็นกายทิพย์ของตัวเองในกลางของว่างนั้น เห็นดังนี้ชื่อว่าเห็นกายในกาย คือกายทิพย์ในกายมนุษย์ แล้วเข้าดูดวงปฐมมรรคในกายทิพย์ที่ตรงศูนย์ของกายทิพย์อีก ก็จะเห็นเป็นดวงใสในกายทิพย์เท่าฟองไข่แดงของไก่ ใสเหมือนกระจกส่องเงาหน้าอีก แล้วเอาเห็น, จำ, คิด, รู้, จรดลงที่ศูนย์กลางของดวง ทำแบบเดียวกับทำมาแล้ว ก็จะเห็น

กายรูปพรหมในกลางของดวงนั้น กายนั้นเหมือนกายของตัวเองจึงใช้ได้ ถ้าไม่เหมือนกายของตนเองทำใหม่จนเห็นเหมือนกายของตนเองจริง ๆ แล้ว ชื่อว่า เห็นกายในกาย คือกายรูปพรหมในกายทิพย์ แล้วเข้าไปดูดวงปฐมมรรคในกายรูปพรหมต่อไป ก็จะเห็นเป็นดวงใสในกลางกายรูปพรหมดุจที่เห็นมาแล้วเอาเห็น, จำ, คิด, รู้, จรดลงที่ศูนย์กลางดวงก็จะเห็นกายอรูปพรหมในกลางดวงนั้น รูปเหมือนตัวเองจึงใช้ได้ ถ้าไม่เหมือนทำใหม่จนเหมือน แต่พอเหมือนแล้วใช้ได้ เรียกว่าเห็นกายในกาย คือเห็นกายอรูปพรหม แล้วเข้าไปดูดวงปฐมมรรคในกายอรูปพรหมต่อไป ก็จะเห็นเป็นดวงใสในกลางกายอรูปพรหมดุจเห็นมาแล้ว เอาเห็น, จำ, คิด, รู้, จรดลงที่ศูนย์กลางดวง ก็จะเห็นกายธรรมในกลางดวงนั้นรูปร่างเหมือนตัวเอง แต่ใสเหมือนดังแก้ว เกตุดอกบัวตูม แล้วเอาเห็น, จำ, คิด, รู้, เข้าหยุดที่ศูนย์กลางของกายธรรม ที่ตรงนั้นเป็นดวงใสเท่าฟองไข่แดงของไก่โตได้เล็กได้ ใสดุจเพชร ชื่อว่าธรรมสำหรับทำให้เป็นธรรมกาย ธรรมสิ่งนี้แหละสำหรับรักษา เห็น, จำ, คิด, รู้, ให้บริสุทธิ์และให้หยุดด้วย ต้องให้หยุดให้มากที่สุดเท่าที่บังคับให้หยุดได้ หยุดให้มากที่สุดก็เจริญที่สุด **หยุดต้องมีกลเม็ดหยุดดับหยาบไปหาละเอียดร่ำไป ไม่ใช่หยุดแล้วไม่ทำอะไร** ทำหยุดในหยุดนั้นและหนักขึ้นทุกที ไม่มีเวลาหย่อนจึงจะเจริญถึงที่สุดเร็ว ธรรมกายเป็นกายที่ ๕ นั้น เป็นกายสำคัญที่สุดในพระพุทธศาสนา ผู้ใดทำกายนี้ให้เป็นขึ้นได้ ผู้นั้นก็ชื่อว่าเป็นพระพุทธเจ้า ชื่อว่าอนุพุทธเจ้า เป็นพระพุทธเจ้าตามเสด็จพระ-พุทธเจ้า คำว่าพระพุทธเจ้ามีหลายจำพวก เป็นสัพพัญญูพุทธเจ้าบ้าง ปัจเจกพุทธเจ้าบ้าง สาวกพุทธเจ้าบ้าง สุตพุทธเจ้าบ้าง พหุสุตพุทธเจ้าบ้าง อนุพุทธเจ้าบ้าง ดังนี้ตรงกับกระแสพุทธฎีกาว่า เราตถาคตกล่าวว่า ท่านผู้สดับมากนั้นเป็นพระพุทธเจ้าองค์หนึ่ง ชื่อว่าพระหุสุต-พุทธเจ้าฯ เมื่อเป็นธรรมกาย คือเป็นพระพุทธเจ้าต้องเรียนวิชชาของพระพุทธเจ้าต่อไป ถ้าจะเรียนต่อไปต้องรู้จักธรรมที่ทำให้เป็นกายนั้น ๆ คือธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ และธรรมที่ทำให้เป็นกายธรรมดังแสดงมาแล้วข้างต้น ธรรมที่ทำให้เป็นกายนั้น ๆ มีรูปพรรณสัณฐานสีสันวรรณะละม้ายคล้ายคลึงกัน ต่างกันแต่ธรรมที่ทำให้เป็นธรรมกายโตมากกว่า แต่ส่วนเนื้อที่ละเอียดและความใสนั้นก็ละม้ายกันทั้ง ๔ กาย แต่กายธรรมละเอียดและใสกว่าทั้ง ๔ ส่วนที่ตั้งของธรรมที่ทำให้เป็นกายนั้น ๆ คือตรงกลางตัวตัดขาดแค่สะดือบังเวียนเข้าไปที่ศูนย์กลางพอดีไม่เหลื่อมซ้าย ขวา หน้า หลัง สำหรับสัตว์ที่จะไปเกิดมาเกิด ต้องอาศัยศูนย์กลางนั้นด้วยกันทั้งหมด จึงได้ชื่อว่าที่สิบ เทวดา, พรหม, อรูปพรหม ตลอดพระนิพพาน ใช้เป็นแบบเดียวกันทั้งสิ้น ตรงที่สิบนั้นว่างประมาณเท่าเมล็ดโพธิ์ หรือเมล็ดไทร เป็นอากาศว่าง เรียกว่ากำเนิดเดิมก็ถูก ที่กำเนิดเดิมนั้นมีธรรมดวงหนึ่งเท่าฟองไข่แดงของไก่ สัณฐานกลมเนื้อละเอียดสีขาวใส หุ้มกำเนิดเดิมนั้นโดยรอบ กำเนิดเดิมนั้นอยู่ที่ศูนย์กลางข้างในพอดี ธรรมดวงนั้นแหละชื่อว่ามนุษยธรรม ๆ ที่ทำให้เป็นกายมนุษย์อยู่ศูนย์กลางของกายมนุษย์ มีเหมือนกันทุกกายทั้งสุดหยาบ สุดละเอียด มีชื่อตามกายนั้น ๆ เช่น ธรรมที่ทำให้เป็นกายทิพย์ ถ้าธรรมนี้ดับไป กายก็ต้อง

แตกจากกัน ตั้งอยู่ไม่ได้เพราะหมดธรรมที่รักษา เหมือนเครื่องยนต์ที่ปลดเอาหม้อไฟออกเสียเครื่องก็ต้องดับทันทีฉันนั้น ถ้าธรรมกายจะทำวิชชาต่อไปต้องเอาเห็น, จำ, คิด, รู้, ของธรรมกายจรดลงที่ศูนย์กลางของธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์นั้น แต่พอถูกส่วนเข้าเท่านั้นธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์นั้นก็ขยายส่วนออกไปประมาณวัดผ่าเส้นศูนย์กลาง ๘ ศอกกลมโดยรอบ ๖ วา หนาคืบหนึ่ง ใสเหมือนกระจกเงาส่องหน้า ธรรมกายก็ขึ้นนั่งอยู่บนฌานนั้นเหมือนนั่งอยู่บนแผ่นกระจกเป็นบัลลังก์ จะไปไหนก็คล่องแคล่วเหมือนใจนึก นี้เป็นฌานที่ ๑ ถ้าจะทำต่อไป ธรรมกายต้องส่องเห็น, จำ, คิด, รู้, ไปจรดเข้าที่ศูนย์กลางของธรรมที่ทำให้เป็นกายทิพย์นั้น แต่พอถูกส่วนเข้าธรรมที่ทำให้เป็นกายทิพย์นั้น ก็ขยายส่วนออกไปเท่าฌานที่ ๑ วัดเส้นผ่าศูนย์กลาง ๘ ศอก ปริมณฑลโดยรอบ ๖ วา หนาคืบหนึ่ง ใสเหมือนกระจกเป็นบัลลังก์ ธรรมกายก็ขึ้นนั่งอยู่บนฌานนั้น เหมือนนั่งอยู่บนแผ่นกระจก จะไปไหนคล่องแคล่วเหมือนใจนึก นี่เป็นฌานที่ ๒ ถ้าจะทำต่อไปธรรมกายต้องส่องเห็น, จำ, คิด, รู้, ไปจรดเข้าที่ศูนย์กลางของธรรมที่ทำให้เป็นกายรูปพรหมนั้น แต่พอถูกส่วนเข้าธรรมที่ทำให้เป็นกายรูปพรหมก็ขยายส่วนออกไปเท่าฌานที่ ๑ หรือที่ ๒ แล้วธรรมกายขึ้นนั่งอยู่บนฌานนั้น จะไปไหนคล่องแคล่วเหมือนใจนึก นี้เป็นฌานที่ ๓ ถ้าจะทำต่อไปธรรมกายต้องส่องเห็น, จำ, คิด, รู้, ไปจรดเข้าที่ศูนย์กลางของธรรมที่ทำให้เป็นกายอรูปพรหมนั้น แต่พอถูกส่วนเข้า ธรรมที่ทำให้เป็นกายอรูปพรหม ก็ขยายส่วนออกไปเท่าฌานที่ ๑ หรือที่ ๒ ที่ ๓ ธรรมกายก็ขึ้นนั่งอยู่บนฌานนั้น จะไปทางไหนได้ตามใจนึก จบรูปฌาน ทำอรูปฌานต่อไป ธรรมกายที่นั่งอยู่บนจตุตถฌานนั้นต้องส่องเห็น, จำ, คิด, รู้, ไปจรดลงที่ตรงศูนย์ว่างกลางปฐมฌาน แต่พอถูกส่วนเข้าศูนย์ว่างกลางปฐมฌานนั้นก็จะขยายส่วนออกไป วัดเส้นผ่าศูนย์กลาง ๘ ศอก โดยรอบ ๖ วา หนาหนึ่งคืบ ใส, กายธรรมก็ขึ้นไปนั่งอยู่บนศูนย์กลางของอรูปฌานแบบเดียวกันกับรูปฌาน นี่เรียกว่าอากาสานัญจายตนะ ทำต่อไป ธรรมกายต้องส่องเห็น, จำ, คิด, รู้, ไปจรดเข้าที่รู้ในว่างของศูนย์กลางทุติยฌาน ต่อพอถูกส่วนเข้า รู้ในศูนย์ว่างของทุติยฌานนั้นก็ขยายส่วนออกไปเท่ากับอากาสานัญจายตนฌานนั้น ธรรมกายก็ขึ้นไปนั่งอยู่บนกลางของวิญญาณัญจายตนฌานนั้น ทำต่อไป ธรรมกายที่นั่งอยู่บนฌานนั้น ต้องเอาเห็น, จำ, คิด, รู้, เข้าไปจรดที่รู้อันละเอียดในที่ว่างศูนย์กลางของตติยฌาน แต่พอถูกส่วนเข้า รู้อันละเอียดในตติยฌาน ฌานนั้นก็ขยายส่วนออกไปเท่ากันกับวิญญาณัญจายตนฌานนั้น ธรรมกายก็ขึ้นไปนั่งอยู่บนอากิญจัญญายตนฌานนั้น ทำต่อไป ธรรมกายต้องเอา เห็น, จำ, คิด, รู้, ไปจรดเข้าที่เหตุว่างกลางของจตุตถฌานจรดเข้าที่ตรงรู้ก็ใช่ไม่รู้ก็ใช่ แต่พอถูกส่วนเข้า รู้ละเอียดและประณีตนั้นก็ขยายส่วนออกไปเท่ากันกับอากิญจัญญายตนฌานนั้น ธรรมกายขึ้นนั่งบนเนวสัญญานาสัญญายตนฌานนั้น (เข้าดังนี้เป็นอนุโลม) เมื่อเข้าอนุโลมเป็นอย่างไร เมื่อจะปฏิโลมถอยกลับก็ต้องให้ตรงกันอนุโลม อย่าให้คลาดเคลื่อน ต้องให้ตรงเป็นแบบเดียวกันให้จงได้ จึงจะเป็นอันถูกต้องตามแบบ

ธรรมกายนั้นแหละ ชื่อว่า โคตรภูบุคคล ถ้าจะให้เป็นอริยบุคคลต่อไป ธรรมกายต้องเข้าสมาบัติ ๘ ในระหว่างเข้าสมาบัตินั้น ตาธรรมกายต้องดูตาย, ดูเจ็บ, ดูแก่, ดูเกิด, ของมนุษย์ให้เห็นตามความเป็นจริงของทุกข์, สมุทัย, นิโรธ, มรรค, ถ้ายังไม่เห็นตามความเป็นจริงต้องดูไปอีก แต่พอเห็นถูกส่วนเข้าเท่านั้น ธรรมกายตกศูนย์วัดผ่าเส้นศูนย์กลางของศูนย์นั้น ๕ วา แล้วศูนย์นั้นกลับเป็นธรรมกายหน้าตัก ๕ วา เป็นพระโสดา ทำต่อไป ธรรมกายของพระโสดานั้นเข้าสมาบัติ ๘ ในระหว่างเข้าสมาบัตินั้นต้องเอาตาธรรมกายของพระโสดาดูตาย, ดูเจ็บ, ดูแก่, ดูเกิด, ของเทวกาย เหตุให้เกิดและความดับเหตุให้ดับ ให้เห็นตามความเป็นจริง ของทุกข์, สมุทัย, นิโรธ, มรรค, ถ้ายังไม่เห็นตามความเป็นจริงต้องดูต่อไปอีก แต่พอเห็นถูกส่วนเข้าเท่านั้น ธรรมกายของพระโสดาตกศูนย์ วัดเส้นผ่าศูนย์กลางของศูนย์นั้น ๑๐ วา แล้วศูนย์นั้นกลับเป็นธรรมกายหน้าตัก ๑๐ วา เป็นพระสกทาคาทำต่อไป ธรรมกายของพระสกทาคานั้น เข้าสมาบัติ ๘ ในระหว่างเข้าสมาบัตินั้น ต้องเอาตาธรรมกายของพระสกทาคาดูตาย, ดูเจ็บ, ดูแก่, ดูเกิด, ของพรหมกาย เหตุให้เกิดและความดับ และเหตุให้ดับ ให้เห็นตามความเป็นจริง ทุกข์, สมุทัย, นิโรธ, มรรค, ถ้ายังไม่เห็นตามความเป็นจริง ต้องดูต่อไปอีก แต่พอเห็นถูกส่วนเข้าเท่านั้น ธรรมกายของพระสกทาคาก็ตกศูนย์วัดเส้นผ่าศูนย์กลางของศูนย์นั้น ๑๕ วา แล้วศูนย์นั้นกลับเป็นธรรมกายหน้าตัก ๑๕ วา เป็นพระอนาคา ทำต่อไป ธรรมกายของพระอนาคานั้น เข้าสมาบัติ ๘ ในระหว่างเข้าสมาบัตินั้น ต้องเอาตาธรรมกายของพระอนาคา ดูตาย, ดูเจ็บ, ดูแก่, ดูเกิด, ของอรูปพรหมกาย ทั้งเหตุให้เกิด และความดับทั้งเหตุให้ดับให้เห็นตามความเป็นจริง ของทุกข์, สมุทัย, นิโรธ, มรรค, ถ้ายังไม่เห็นตามความเป็นจริงต้องดูไปอีก แต่พอเห็นถูกส่วนเข้าธรรมกายของพระอนาคาก็ตกศูนย์ วัดเส้นผ่าศูนย์กลางของศูนย์นั้น ๒๐ วา แล้วศูนย์นั้นหายวับกลับเป็นธรรมกายหน้าตัก ๒๐ วา เป็นพระอรหันต์ พระอรหันต์นี้แล ถ้าค้นคว้าหาให้เป็นขึ้นได้ด้วยตนเอง ไม่มีผู้ใดแนะนำสั่งสอนอย่างพระสิทธัตถะราชกุมารนั้น นั่นเป็นพระพุทธเจ้าในศาสนาของท่าน เป็นพระอรหันต์มากน้อยเท่าไร เป็นสาวกทั้งสิ้น ตั้งแต่ธรรมกายซึ่งเป็นกายที่ ๕ ตลอดจนถึงพระอรหันต์เป็นที่สุด นี่แหละเป็นตัวพระ-รัตนตรัย กายมนุษย์ กายทิพย์ กายรูปพรหม กายอรูปพรหม ไม่ใช่รัตนตรัย จำเพาะแต่ธรรมกายอย่างเดียวเป็นตัวพระรัตนตรัย ในองค์ธรรมกายนั้นที่ตรงศูนย์กลางกายของธรรมกายนั้นมีธรรมดวงหนึ่ง คือธรรมที่ทำให้เป็นธรรมกาย ธรรมดวงนี้เป็นที่ตั้งที่หยุดของเห็น, จำ, คิด, รู้, ของธรรมกาย เห็น, จำ, คิด, รู้, ของธรรมกายไม่เผลอ หยุดอยู่ที่ศูนย์กลางของดวงธรรมที่ทำให้เป็นธรรมกายเสมอไม่เผลอเลยนั้นเป็นอรหันต์ ตรงศูนย์กลางของธรรมที่ทำให้เป็นธรรมกายนั้น มีเป็นศูนย์ว่างเท่าเมล็ดโพธิ์หรือเมล็ดไทร ตรงนั้นเป็นที่ตั้งที่อยู่ของเห็น, จำ, คิด, รู้, หยุดที่อื่นไม่ถูก ผิด ศูนย์และไม่ถูกความจริง ซึ่งเป็นทางไปของพระอริยะทั้งหลาย ธรรมกายนั้นมีเห็น, จำ, คิด, รู้, เหมือนกัน ทุกกาย เห็น, จำ, คิด, รู้, ก็ต้องมีดวงเป็นที่ตั้ง

เห็น, จำ, คิด, รู้, ดวงเป็นที่ตั้งของเห็นอยู่นอก ดวงเป็นที่ตั้งของจำอยู่ใน ดวงเป็นที่ตั้งของจำอยู่นอก ดวงเป็นที่ตั้งของคิดอยู่ใน ดวงเป็นที่ตั้งของคิดอยู่นอก ดวงเป็นที่ตั้งของรู้อยู่ใน ดวงเป็นที่ตั้งของคิดอยู่นอก

ตัวพระรัตนตรัยและการเข้าถึงพระรัตนตรัย

ที่ได้พรรณนามาข้างต้นนั้น ว่าด้วยเรื่องคุณพระรัตนตรัยตามบาลีที่ขึ้นต้นด้วย อิติปิโส ภควา และจบลงด้วยคำว่าโลกัสสาติ ต่อไปนี้จักแสดงสรุปให้สั้นถึงตัวพระรัตนตรัยโดยตรงว่ามีอะไรแน่ที่เรียกว่าพระรัตนตรัย และการเข้าถึงพระรัตนตรัยนั้นจะเข้าถึงได้อย่างไร

รัตนะ แปลว่า แก้ว ในที่นี้หมายเอาแก้วอย่างประเสริฐ เช่นแก้วมณีโชติ ซึ่งนับถือกันว่าเป็นแก้วมีคุณวิเศษสูงสุด ใครมีไว้ย่อมชื่นชมโสมนัสอิ่มอกอิ่มใจยิ่งกว่าทรัพย์สินอย่างอื่นทั้งหมดในโลก แก้วคือพระรัตนตรัยนี้เหมือนกัน ผู้ใดเข้าถึงก็ย่อมอิ่มใจ ชื่นใจเช่นเดียวกัน

ร่างกายพระสิทธัตถะ ไม่ใช่พุทธรัตนะ พระสิทธัตถะทรงกระทำความเพียรอยู่ถึง ๖ พรรษา จึงพบรัตนะอันลี้ลับซับซ้อนอยู่ในพระองค์ คือ กายธรรม มีสันฐานเหมือนพระปฏิมากรเกตุดอกบัวตูมมีสีใสเหมือนกระจก ปรากฏอยู่ในศูนย์กลางกาย ที่ว่านี้มีหลักฐานในอัคคัญญสูตร ที่พระองค์ตรัสแก่วาเสฏฐสามเณรว่า ตถาคตสฺสเหตํ วาเสฏฐาธิวจนํ ธมฺมกาโย อหํ อิติปิฯ ในสุตตันตปิฎก ทีฆนิกาย ปฏิกวรรค ยืนยันความว่า ดูกรวาเสฏฐสามเณร คำว่าธรรมกาย ๆ นี้เป็นชื่อตถาคตโดยแท้

เรื่องพระวักกลิ ดังที่ยกขึ้นมากล่าวข้างต้นนั้น เมื่อระลึกถึงความในอัคคัญญสูตรนี้ประกอบแล้วย่อมส่องความให้เห็นว่า ที่พระองค์ตรัสว่า ผู้ใดเห็นธรรมผู้นั้นเห็นเรานั้น หมายความว่า ผู้ใดเห็นดวงธรรมที่ทำให้เป็นธรรมกาย ผู้นั้นได้ชื่อว่าเห็นเรา คือ ตถาคตนั่นเอง มิใช่อื่นไกล หรือพูดให้เข้าใจง่ายกว่านี้ก็ว่า ผู้ใดเห็นดวงธรรมที่ว่านี้ ผู้นั้นเห็นพระพุทธเจ้า หรืออีกอย่างหนึ่งว่า ผู้ใดเห็นธรรมกาย ผู้นั้นเห็นพระพุทธเจ้า

ทำไมจึงหมายความเช่นนั้น ก็เพราะว่า ขณะนั้นพระวักกลิก็อยู่ใกล้ ๆ กับพระองค์ หากจะแลดูด้วยลูกตาธรรมดาทำไมจะไม่เห็นพระองค์ เพราะไม่ปรากฏว่าพระวักกลินั้นตาพิการ เมื่อเช่นนี้ไฉนพระองค์จะตรัสเช่นนั้นเล่า ที่ตรัสเช่นนั้นจึงตีความหมายได้ว่า ที่แลเห็นด้วยตาธรรมดานั้น เห็นแต่เปลือกของพระองค์ คือกายพระสิทธัตถะที่ออกบวช ซึ่งมิได้อยู่ในความหมายแห่งคำว่าเรา และยังตรัสว่าเป็นกายที่เปื่อยเน่าด้วยนั่นคือกายพระสิทธัตถะที่ออกบวช ซึ่งเป็นกายภายนอกนั่นเอง คำว่าเราในที่นี้จึงสันนิษฐานได้ว่า หมายถึงกายภายใน ซึ่งไม่ใช่กายเปื่อยเน่า กายภายในคืออะไรเล่า ก็คือธรรมกายนั่นเอง จะเห็นได้อย่างไรข้อนี้ตอบไม่ยาก เมื่อได้บำเพ็ญกิจถูกส่วนแล้วท่านจะเห็นด้วยตาของท่านเอง คือเห็นด้วยตาธรรมกาย ไม่ใช่ตาธรรมดา พระดำรัสของพระองค์ดังยกขึ้นกล่าวมานั้น เป็นปัญหาธรรมมีนัยลึกซึ้งอยู่ อันผู้ที่มิได้

ปฏิบัติธรรมแล้วเข้าใจได้ยาก แต่ถ้าผู้ที่ปฏิบัติได้แล้ว จะตอบปัญหานี้ได้ด้วยตนเองอย่างง่ายดาย ไม่ต้องไปถามใคร

ธรรมกาย มีสีใสเหมือนแก้วจริง ๆ จึงได้ชื่อว่าพุทธรัตนะ

ธรรมทั้งหลายที่กลั่นออกจากหัวใจ ธรรมกายจึงได้ชื่อว่า ธรรมรัตนะ ๆ คือหัวใจธรรมกายนั่นเอง

ดวงจิตของธรรมกายนั้นได้ชื่อว่า สังฆรัตนะ นี่แหละที่ว่า พุทธรัตนะ ธรรมรัตนะ สังฆรัตนะทั้ง ๓ ประการนี้เกี่ยวเนื่องเป็นอันเดียวนั่น เกี่ยวกันอย่างนี้จะพรากจากกันไม่ได้ ผู้ใดเข้าถึงพุทธรัตนะ ก็ได้ชื่อว่าเข้าถึงธรรมรัตนะ สังฆรัตนะด้วย

การเข้าถึงรัตนะ ๓ ดังกล่าวมานี้ จะเข้าถึงได้อย่างไร เพียงแต่เลื่อมใสนับถือ ยังไม่เรียกว่าเข้าถึง แม้จะท่องบ่นน้อมใจระลึกถึงก็ยังไม่เรียกว่าเข้าถึง แม้จะปฏิญาณตนว่ายอมเป็นข้าก็ยังไม่เรียกว่าเข้าถึง อย่างมากจะเรียกได้ก็เพียง ขอถึง

การที่จะเข้าถึงนั้น จำเป็นจะต้องบำเพ็ญเพียรปฏิบัติเจริญรอยตามปฏิปทาของพระบรมศาสดาจนบรรลุกายธรรมคือรู้จริงเห็นแจ้งด้วยตัวของตัวเอง จึงจะได้ชื่อว่าเข้าถึงพระรัตนตรัยโดยแท้ และการปฏิบัติเช่นนี้ไม่เป็นการพ้นวิสัยของมนุษย์ เพราะในปัจจุบันนี้ มีผู้ที่ได้บำเพ็ญบรรลุธรรมกายก็มีอยู่มากหลาย ผู้ที่ได้ธรรมกายแล้วเขามีความอิ่มเอิบ และสุขกายสุขใจเพียงไหน ถามเขาดูได้ เพื่อได้ทราบว่าการเข้าถึงพระรัตนตรัยมีผลอย่างไร ผิดกว่าที่ยังมิได้เข้าถึงอย่างไร ทั้งจะได้รู้ด้วยว่า ศีล สมาธิ ปัญญา ซึ่งเป็นหลักคำสอนของพระบรมศาสดามีความจริงแค่ไหน ศีลเป็นปัจจัยให้เกิดสมาธิ สมาธิเป็นปัจจัยให้เกิดปัญญานั้นอย่างไร ก็จะรู้ความจริงได้ในเมื่อตนบำเพ็ญสำเร็จ หรือถ้าอยากรู้เพียงเงา ๆ ก็ลองถามเขาดูได้

เพียรเถิดจะเกิดผล

ในการบำเพ็ญภาวนา ความเพียรเป็นข้อสำคัญยิ่ง ต้องทำเสมอทำเนือง ๆ ในทุกอิริยาบถ ไม่ว่านั่ง นอน เดิน ยืน และทำเรื่อยไป อย่าหยุด อย่าละ อย่าทอดทิ้ง อย่าท้อแท้ มุ่งรุดหน้าเรื่อยไป ผลจะเกิดวันหนึ่ง ไม่ต้องสงสัย ผลเกิดอย่างไร ท่านรู้ได้ด้วยตัวของท่านเอง

ตนเป็นที่พึ่งของตน

นี่ความหมายว่ากระไร อะไรเป็นตน ตนคืออะไร นามรูปัง อนัตตา ก็แปลกันว่านามและรูป ไม่ใช่ตน ถ้ากระนั้นอะไรเล่าจะเป็นตน ซึ่งจะได้ทำให้เป็นที่พึ่งแก่ตน รูป เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ เรียกว่า ขันธ์ ๕ เมื่อย่อเข้าเรียกอย่างสั้นก็เรียกว่า นามรูป โดยเอากองรูปคงไว้ ส่วนกองเวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ รวมกัน ๔ กองนี้เรียกว่า นาม ฉะนั้น ที่ว่านามรูปก็คือขันธ์ ๕ นั่นเอง เมื่อขันธ์ ๕ ไม่ใช่ตน จึงต้องถามว่าอะไรเล่าเป็นตน ถ้าค้นหาตนไม่พบก็ไม่รู้

ที่ว่าจะทำอะไรให้เป็นที่พึ่งแก่อะไร พระพุทธวจนะที่มีอยู่ว่า อัตตาหิ อัตตโน นาโถ ซึ่งแปลว่าตนเป็นที่พึ่งแก่ตน จะมิได้มีทางออกหรือ ย่อมเป็นไปไม่ได้

ได้เคยกล่าวมาข้างต้นบ้างแล้วว่า พระองค์ทรงสอน อนิจจัง ทุกขัง อนัตตา ก็ด้วยพระปรีชาญาณอันสุขุมคัมภีรภาพเพื่อให้คิดค้น พระองค์เน้นสอนทางอนัตตา ก็เพื่อให้เห็นอัตตาเอาเอง สมในคำสันทิฏฐิโก ซึ่งแปลว่า ธรรมของพระองค์นั้นผู้ที่ปฏิบัติย่อมเห็นเอง อักขาตาโร พระองค์เป็นแต่ผู้ทรงบอกแนวทางให้เท่านั้น

ฉะนั้น เมื่อมีเรื่อง อนัตตากับอัตตา ยันกันอยู่ จึงต้องคิดค้นต่อไป ธรรมของพระองค์จะขัดกันเองไม่ได้ เพื่อที่จะไม่ให้ขัดแย้งกัน จึงต้องแบ่งอัตตาออกเป็น ๒ อย่าง คือ อัตตาสมมติกับอัตตาแท้ อัตตาสมมติ ได้แก่กายมนุษย์ กายทิพย์ กายรูปพรหม กายอรูปพรหม เพราะกายเหล่านี้ ยังมีเกิด มีตาย เป็นกายส่วนโลกีย์ ยังมีกายอีกกายหนึ่งซึ่งเป็นกายโลกุตระ คือ ธรรมกาย ธรรมกายนี้แหละเป็นอัตตาแท้หรือตนแท้

ที่ว่าตนเป็นที่พึ่งแก่ตนนั้น ก็คือเพ่งยึดอาศัยกัน ดำเนินเข้าไปเป็นชั้น ๆ คือ เพ่งกายมนุษย์ส่งให้ถึงกายทิพย์ เพ่งกายทิพย์ส่งให้ถึงกายรูปพรหม เพ่งกายรูปพรหมส่งให้ถึงกายอรูปพรหม เพ่งกายอรูปพรหมส่งให้ถึงธรรมกาย กายคือตน อาศัยพึ่งกันเป็นชั้น ๆ เข้าไปเช่นนี้จึงได้ชื่อว่าตนเป็นที่พึ่งแก่ตนในด้านภาวนาตามนัยที่กล่าวไว้แล้วโดยละเอียดข้างต้นนั้น ยังมีคำว่า "กาเย กายานุปสฺสี" ในมหาสติปัฏฐานสูตรเป็นหลักฐานสนับสนุนอีก กายานุปัสสี แปลว่า เห็นตามหรือตามเห็นซึ่งกาย กาเย แปลว่าในกาย รูปศัพท์มีวิภัติตรึงอยู่ชัดเช่นนั้น แปลตรงตามศัพท์ และย่นคำให้สั้นก็ว่าตามเห็นกายในกาย คือตามเห็นเรื่อยเข้าไปเป็นชั้น ๆ เห็นกายมนุษย์ แล้วตามเข้าไปเห็นกายทิพย์ ตามเข้าไปเห็นกายรูปพรหม ตามเข้าไปเห็นกายอรูปพรหม ตามเข้าไปเห็นกายธรรม ดังนี้เป็นหลักฐานรับสมกันอยู่ กายมนุษย์ รูปร่างหน้าตาอย่างไร กายมนุษย์ รูปร่างหน้าตาก็เป็นมนุษย์ใช่อื่นไกล คือกายเรานี้เอง กายทิพย์ก็เป็นรูปเป็นร่างเช่นกันแต่สวยกว่า กายรูปพรหมสวยกว่างามกว่านั้นอีก กายอรูปพรหมสวยงามยิ่งกว่ากายรูปพรหมขึ้นไปอีก ธรรมกายนั้นมีสีใสเหมือนแก้ว สัณฐานดังรูปพระพุทธปฏิมากรนั่งสมาธิเกตุเป็นดอกบัวตูมดังได้กล่าวมาแล้ว

การรักษาไตรทวาร

ไตรทวาร แปลว่า ประตูทั้ง ๓ คือ กาย วาจา ใจ ที่เรียกทวารก็เพราะความชั่วและความดีจะลอดเข้าไปถึงจิตนั้นเข้าทางนี้ ความชั่วเรียกว่า ทุจริต ความดีเรียกว่า สุจริต วิธีที่จะเข้าไปมีอาการไหวก่อน ซึ่งเขาเรียกว่า วิญญัติ ไหวทางกายเรียกว่า กายวิญญัติ ทางวาจาเรียกว่า วจีวิญญัติ ทางใจเรียกว่า มโนวิญญัติ อะไรทำให้เกิดอาการไหวหรือบังคับให้ไหว ไม่ใช่อื่นไกล สังขารนั่นเอง บังคับให้ไหว บังคับทางกายได้แก่กายสังขาร ทางวาจาได้แก่วจีสังขาร ทางใจ

ได้แก่จิตตสังขาร สังขารคือความรู้สึกนึกคิดปรุงแต่ง และมีทางเกิดเป็น ๒ ฝ่าย ฝ่ายทุจริต เกิดจากอวิชชาและอาสวะ ฝ่ายสุจริต เกิดจากวิชชาและอนาสวะ ฝ่ายเหตุทุจริตเป็นดวงดำมืดมน ฝ่ายเหตุสุจริตเป็นดวงขาวใสซ้อนอยู่ในดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์เป็นคู่ปราบกันอยู่ ฝ่ายชั่ว (ดำ) เป็นภาคมาร ฝ่ายดี (ขาว) เป็นภาคพระ ต่างมีเจ้าของด้วยกัน ฝ่ายชั่วอำนวยการให้มืด ฝ่ายดีอำนวยการให้สว่าง คล้ายโรงงานทำหมอกควันพวกหนึ่ง โรงงานทำไฟฟ้าพวกหนึ่ง เมื่อเราไม่คอยระวังฝ่ายชั่วสอดเข้าไปได้ ย่อมเป็นเหตุให้เราตกไปทางชั่ว คือจะทำอะไรก็ทำในทางชั่ว จะพูดอะไรออกมาก็เป็นทางชั่ว จะคิดทำอะไรก็เป็นไปทางชั่วหมด (อกุศลกรรมบถ ๑๐)

ถ้าเราคอยระวังรักษาไว้ให้ดี บำเพ็ญสมาธิให้ดวงขาวใสปรากฏอยู่ในศูนย์กลางกายเสมอ เราจะทำอะไรก็เป็นไปในทางดี พูดอะไรก็พูดไปทางดี คิดอะไรก็คิดไปทางดี (กุศลกรรมบถ ๑๐) เพราะฉะนั้น จึงควรบำเพ็ญตนให้เป็นฝ่ายขาวเสมอ เวลาจะตายถ้าปล่อยให้ไปตกอยู่ฝ่ายดำ เรียกว่า หลงตายจะไปสู่ทุคติ ถ้าอยู่ในฝ่ายขาวเรียกว่า ไม่หลงตายจะไปสู่สุคติแน่แท้ จึงเป็นการจำเป็นยิ่งที่จะระวังให้อยู่ฝ่ายขาว

วะรัญญัง สะระณัง นัตถิ สิ่งอื่นจะเป็นที่พึ่งของเราได้ไม่มี พระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ ๓ รัตนะนี้เท่านั้น เป็นที่พึ่งอันประเสริฐสูงสุดของเรา

ด้วยสัจจวาจาภาษิตนี้ ขอความสุขสวัสดีจงมีแด่สาธุชนทั้งหลายทั่วกัน

ภาคที่ ๒ พุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย

จาก รายการ "ธรรมสู่สันติ"

ตอนที่ ๑ อารัมภบท

วิชชาธรรมกาย เป็นวิชชาอันพระสัมมาสัมพุทธเจ้าทรงเทศนาสั่งสอนเวไนยสัตว์ในสมัยพุทธกาล ก็แลเรื่องของอายตนนิพพาน และเรื่องของพระธรรมกาย ซึ่งเป็นกายโลกุตระและเป็นกายของผู้ตรัสรู้นั้น ได้มีปรากฏชัดแจ้งอยู่ในพระไตรปิฎก หากทว่าปราศจากการอรรถาธิบายถึงนัยยะต่าง ๆ โดยละเอียด ด้วยว่าหลังจากการศึกษาปฏิบัติสืบเนื่องมาหลังพุทธกาลอีกห้าร้อยปี วิชชาธรรมกายก็เริ่มลบเลือน และสูญหายไปในที่สุดโดยไม่ทราบสาเหตุแจ้งชัด ตราบจนกระทั่งพระมงคลเทพมุนี (สด จนฺทสโร) ได้ค้นพบอีกครั้งด้วยการปฏิบัติธรรมขั้นอุกฤษฏ์ นับแต่นั้น "หลวงพ่อสด" ของเหล่าศิษยานุศิษย์ก็ได้ทำการเผยแพร่วิชชานี้โดยไม่เห็นแก่เหน็ดเหนื่อย ด้วยอุตสาหะวิริยะอย่างสุดจะประมาณได้ เพราะท่านได้เล็งเห็นเสียแล้วว่าวิชชาธรรมกายนี้มีความบริสุทธิ์ และความคมกล้ายิ่งนัก จักก่อประโยชน์อันไพศาลแก่ประชาชนทั่วไป ท่านได้เพียรฝึกอบรมเหล่าศิษยานุศิษย์ของท่าน ผู้ซึ่งได้รับหน้าที่เผยแพร่นี้สืบต่อมาภายหลังที่ท่านมรณภาพเมื่อปีพุทธศักราช ๒๕๐๒ การเผยแพร่ซึ่งได้กระทำสืบเนื่องกันตลอดมายังผลให้วิชชาธรรมกายขยายกิ่งก้านสาขาจากวัดปากน้ำภาษีเจริญ ไปสู่วัดและชุมชนอื่น ๆ ทั้งในพระนครและต่างจังหวัด และเริ่มกระจายออกสู่ต่างประเทศ ผู้ฝึกปฏิบัติด้วยอิทธิบาทธรรมต่างก็ได้รับผลดีจากการปฏิบัติโดยทั่วกัน

ก็วิชชาธรรมกายนี้เป็นฉันใดเล่า? มนุษย์ทุกรูปทุกนามต่างก็มีกายในกายซ้อนกันอยู่เป็นชั้น ๆ เข้าไปข้างใน กายที่สุดละเอียดนับเป็นกายที่เก้ามีลักษณะเป็นพระพุทธรูปเกตุดอกบัวตูมขาวใสบริสุทธิ์ มีรัศมีโชติช่วงสว่างไสวแต่เยือกเย็น เรียกว่า **พระธรรมกาย** ผู้ปฏิบัติสามารถเข้าถึงได้โดยการรักษาศีลให้บริสุทธิ์ อย่างน้อยศีล ๕ แล้วกระทำใจให้หยุดให้นิ่งเป็นสมาธิ กิเลสต่าง ๆ ที่หุ้มใจอยู่ก็จะอ่อนกำลังลงชั่วคราว กายต่าง ๆ ที่อยู่ ณ ภายใน ก็จักเบิกบานออกมาทีละกาย ๆ จนถึงพระธรรมกาย ครั้นผู้ปฏิบัติอาศัยญาณของพระธรรมกาย พิจารณาสภาวธรรมต่าง ๆ ก็จะทำให้รู้และเห็นสภาวธรรมตามที่เป็นจริง เรียกว่าเกิด **วิปัสสนาญาณ** เป็นเหตุให้มีกาย วาจา ใจ บริสุทธิ์ สำรวมในศีลและอินทรีย์ สามารถกำจัดรากเหง้าของกิเลส อวิชชา ตัณหา อุปาทาน อันเป็นเหตุแห่งทุกข์ให้หมดไป ตามระดับภูมิธรรมที่ปฏิบัติได้ จิตใจของผู้ปฏิบัติจะเปลี่ยนระดับจากปุถุชน ไปเป็นพระอริยบุคคลได้โดยง่าย เป็นทางมรรคผลนิพพาน ซึ่งเป็นจุดมุ่งหมายอันสำคัญที่สุดของการปฏิบัติธรรมตามแนวทางของพระพุทธศาสนา ธรรมกายนี้เองเป็นกายที่จะเข้านิพพาน ธรรมกายที่ได้บรรลุพระอรหัตตผลแล้วเรียกว่า **พระนิพพาน** ซึ่งไม่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่ง จึงเป็นอสังขตธาตุ อสังขตธรรม วิราคธาตุ วิราคธรรมล้วน ๆ จึงไม่ตกอยู่ในอาณัติแห่งพระไตรลักษณ์และเป็นกาย นิจจัง สุขัง และอัตตาที่แท้จริง พระพุทธเจ้า

และพระอรหันตขีณาสพทั้งหลายย่อมเข้า **สอุปาทิเสสนิพพาน** ในขณะที่ยังดำรงชีพอยู่ด้วยกาย พระนิพพานนี้ และเมื่อดับขันธ์แล้วจึงเข้า **อนุปาทิเสสนิพพาน** โดยกายพระนิพพานไปปรากฏอยู่ในอายตนนิพพาน ประทับเข้านิโรธสงบทั่วกันหมด ไม่ต้องกลับมาเวียนว่ายตายเกิดอยู่ในภพสามอีกต่อไป พระพุทธองค์จึงตรัสไว้ว่า **นิพพานํ ปรมํ สุขํ** ซึ่งแปลความว่า นิพพาน เป็นบรมสุขยิ่งนัก

ในสังคมยุคปัจจุบันนี้ มนุษย์มุ่งแต่จะสร้างความเจริญทางวัตถุ ยิ่งกว่าจะสนใจพัฒนาความเจริญทางด้านจิตใจ ให้เป็นผู้มีคุณธรรมสูง เป็นเหตุให้หลงมัวเมา ตกเป็นทาสของกิเลสตัณหา อุปาทานได้ง่าย ทำให้กลายเป็นคนเห็นแก่ตัวตน พวกพ้องเฉพาะหมู่เฉพาะเหล่าขึ้นอย่างแรงกล้า การดำเนินชีวิตเต็มไปด้วยการแก่งแย่งชิงดีชิงเด่น ต่อสู้ดิ้นรนเพื่อชัยชนะ เอารัดเอาเปรียบซึ่งกันและกันเพื่อกอบโกยผลประโยชน์ โดยไม่คำนึงถึงความเดือดร้อนของผู้อื่น ขาดความเมตตากรุณาเห็นอกเห็นใจซึ่งกันและกัน ทำให้สังคมเสื่อมโทรมลง ชีวิตเต็มไปด้วยความวุ่นวายเดือดร้อน เป็นทุกข์ไม่เป็นอันสงบสุขลงได้ และกระทบกระเทือนถึงสังคมและประเทศชาติโดยส่วนรวม ทำให้รัฐบาลและผู้มีหน้าที่รับผิดชอบทั้งหลาย ต้องพลอยเสียเวลา กำลังกายและสติปัญญา กำลังทรัพย์ เพื่อการแก้ไขปัญหาความวุ่นวายต่าง ๆ เหล่านี้โดยใช่เหตุ เป็นการบั่นทอนกำลังทรัพยากรต่าง ๆ และเวลา ที่จะได้ใช้เพื่อการเสริมสร้างความเจริญผาสุกแก่ประชาชนโดยตรง และผลที่ได้รับ ดูเหมือนว่ายิ่งแก้ก็ยิ่งยุ่งมากขึ้นทุกที ทั้งประชาชน และเจ้าหน้าที่รัฐบาลแทบจะไม่เป็นอันได้ทำงานทำการในหน้าที่โดยตรงของตนเองอย่างเต็มเม็ดเต็มหน่วย

ด้วยเหตุดังนี้ และด้วยการตระหนักถึงคุณค่าของวิชชาธรรมกายดังกล่าวแล้วในเบื้องต้น เหล่าศิษยานุศิษย์ของหลวงพ่อพระมงคลเทพมุนี จึงมุ่งมั่น บากบั่น สืบทอดเจตนารมณ์ของหลวงพ่ออย่างไม่หยุดยั้ง ในอันที่จะเผยแพร่วิชชาให้กว้างขวางทั้งในและนอกประเทศ โดยอาศัยแกนสำคัญคือโครงการ ๒ โครงการ ดังต่อไปนี้

๑. โครงการธรรมปฏิบัติเพื่อประชาชน วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ กรุงเทพฯ มีพระเดชพระคุณ **พระธรรมธีรราชมหามุนี** เจ้าอาวาสวัดปากน้ำ ภาษีเจริญ **เป็นประธาน** และมีพระเดชพระคุณ **พระภาวนาโกศลเถร** รองเจ้าอาวาสและพระอาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนาธุระ วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ **เป็นรองประธาน**

ต่อมา คณะผู้ปฏิบัติงานจริงของโครงการนี้ต่างมีความเห็นพ้องต้องกันว่า สมควรจะได้จัดตั้งโครงการเพิ่มขึ้นอีกโครงการหนึ่ง เพื่อช่วยกันดำเนินการเผยแพร่ธรรมปฏิบัตินี้อย่างคล่องตัวและมีประสิทธิภาพสูงยิ่งขึ้น ในอันที่จะสนองความต้องการของสาธุชน พุทธบริษัทผู้สนใจในการศึกษาและปฏิบัติธรรม ซึ่งได้เรียกร้องขอพระวิปัสสนาจารย์ผู้ทรงคุณวุฒิเพื่อไปช่วยสั่งสอนแนะนำพระกัมมัฏฐานในจังหวัดต่าง ๆ ทั่วประเทศ จึงได้ร่วมแรงร่วมใจกันจัดตั้งโครงการที่ ๒ ขึ้น คือ

๒. โครงการพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย วัดสระเกศราชวรมหาวิหาร มีพระเดชพระคุณ **พระพรหมคุณาภรณ์** กรรมการมหาเถรสมาคม รองแม่กองพระธรรมทูต และเจ้าอาวาสวัดสระเกศราชวรมหาวิหาร **เป็นประธาน** มีพระเดชพระคุณ **พระภาวนาโกศลเถร เป็นรองประธาน** พร้อมด้วยคณะผู้ปฏิบัติงานจริงจากโครงการธรรมปฏิบัติฯ วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ เป็นกรรมการและบริหารงานร่วมกันทั้งสองโครงการพร้อมกันไป

บทธรรมบรรยายต่อไปนี้ เป็นส่วนหนึ่งของงานเผยแพร่ของโครงการทั้งสอง คัดมาจากรายการ "**ธรรมสู่สันติ**" ซึ่งจัดโดย "คณะศิษย์หลวงพ่อวัดปากน้ำ" เป็นประจำทางสถานีวิทยุหลายแห่งทั่วประเทศ มีวัตถุประสงค์เพื่อให้คำแนะนำแก่สาธุชนผู้สนใจฝึกเจริญภาวนาธรรมตามแนววิชชาธรรมกาย เพื่อความสุขความเจริญของชีวิตของตนเองและผู้อื่นสืบไป

อนึ่ง จักได้นำแนวการฝึกปฏิบัติภาวนาเบื้องต้น โดยพระเดชพระคุณ พระภาวนาโกศลเถร รองเจ้าอาวาสและพระอาจารย์ใหญ่ฝ่ายวิปัสสนาธุระของวัดปากน้ำฯ มาแสดงไว้ในบัดนี้ ขอท่านสาธุชนพึงหมั่นฝึกปฏิบัติเอาเองเถิด

วิธีปฏิบัติภาวนา

เริ่มด้วยการสมาทานศีล เพื่อให้กาย วาจา สงบและบริสุทธิ์แล้ว ให้ผู้ปฏิบัติตั้งใจชำระจิตใจให้สะอาด ด้วยการเจริญภาวนาธรรมดังจะกล่าวต่อไป

การเจริญภาวนาธรรมนี้ แบ่งออกเป็นสองขั้น คือ **สมถ** กับ **วิปัสสนา** หรือที่เรียกว่า **สมาธิ** กับ **ปัญญา** นั่นเอง สมถหรือสมาธิเพื่อทำใจให้หยุดให้นิ่ง เมื่อใจหยุดใจนิ่ง นิวรณูปกิเลสอันได้แก่ กามฉันทะ พยาบาท ถีนมิทธะ อุทธัจจะ กุกกุจจะ และวิจิกิจฉา ก็หมดไป ใจก็ใสสะอาดบริสุทธิ์ ควรแก่งานวิปัสสนาให้เกิดวิชชาและปัญญารู้แจ้งในสัจจธรรม สามารถกำจัดอวิชชาอันเป็นมูลรากฝ่ายเกิดหรือรากเหง้าแห่งตัณหาอุปาทานและทุกข์ให้หมดสิ้นไป นี้เป็นทางมรรค ผล นิพพาน อันเป็นจุดมุ่งหมายสำคัญที่สุดของการปฏิบัติธรรมในพระพุทธศาสนา

วิธีปฏิบัติ เบื้องต้นก็ต้องวางภารกิจทางกายให้หมดเสียก่อนแล้วก็นั่งขัดสมาธิ เอาเท้าขวาทับเท้าซ้าย มือขวาวางอยู่บนมือซ้าย ให้นิ้วชี้ขวาจรดกับหัวแม่มือซ้ายพอดี ตั้งกายให้ตรง สูดลมหายใจยาว ๆ แล้วปล่อยกายตามสบาย อย่าเกร็ง เพราะจะทำให้เมื่อยเร็ว

เมื่อกายพร้อมแล้ว ก็ตั้งใจวางภารกิจทางใจเสียทั้งหมดอีกเหมือนกัน โดยตั้งจิตอธิษฐานลงไปที่ศูนย์กลางกายว่า ณ บัดนี้เราจะตั้งใจเจริญภาวนาธรรมอย่างเต็มที่ เพื่อความหลุดพ้นจากอาสวกิเลส ตัณหา อุปาทาน และเพื่อมรรค ผล นิพพาน จะขอเสียสละเวลาเพียงชั่วครู่นี้เพื่อปฏิบัติกิจอันมีค่าสูงที่สุดในชีวิต ไม่ว่าจะมีอะไรเกิดขึ้นรอบ ๆ ตัวเรา ไม่ว่าจะร้ายแรงเพียงใด เราก็จะไม่สนใจ หวั่นไหวหรือยินดียินร้ายใด ๆ ทั้งสิ้น จะยอมเสียสละแม้แต่ชีวิต เพื่อพระธรรมอันวิเศษสุดนี้ทีเดียว

เมื่อวางภารกิจทางกาย วาจา และใจได้เรียบร้อยแล้ว ก็ยกมือประนมขึ้น ตั้งจิตอธิษฐานต่อไปที่ศูนย์กลางกายอีก น้อมรำลึกถึงคุณพระพุทธ พระธรรม พระสงฆ์ คุณครูอุปัชฌาย์อาจารย์ คุณบิดามารดา คุณทานบารมี ศีลบารมี เนกขัมบารมี ปัญญาบารมี วิริยบารมี ขันติบารมี สัจจบารมี อธิษฐานบารมี เมตตาบารมี และอุเบกขาบารมี กับทั้งอุปบารมี และปรมัตถบารมี รวมสามสิบทัศที่ได้เคยสร้างสมอบรมมา ให้มาช่วยประคับประคองใจให้หยุดให้นิ่ง และเกิดปัญญาได้ดวงตาเห็นธรรม พร้อมด้วยขอให้ช่วยปกปักรักษาคุ้มครองสรรพภยันตราย อย่าได้มากล้ำกรายขัดขวางการเจริญธรรมภาวนาของเรา เสร็จแล้วจึงค่อย ๆ วางมือลงบนหน้าตักในท่าสมาธิอย่างเดิม

เมื่อตั้งใจมั่นคงดีแล้ว ก็ค่อย ๆ หลับตาลงเบา ๆ และกำหนดบริกรรมนิมิตและบริกรรมภาวนาคู่กัน **บริกรรมนิมิต** ให้กำหนดเครื่องหมายเป็นดวงแก้วกลมใส เหมือนกับเพชรลูกที่เจียระไนแล้ว ไม่มีขนแมว โตเท่าแก้วตา คือนึกให้เห็นด้วยใจ หญิงกำหนดขึ้นที่ปากช่องจมูกซ้าย ชายกำหนดที่ปากช่องจมูกขวา ใจของเราที่ยืดไปยืดมา แวบไปแวบมา ให้เข้าไปอยู่เสียที่ในบริกรรมนิมิตที่ปากช่องจมูก หญิงซ้าย–ชายขวา ดวงโตเท่าแก้วตา จุดศูนย์กลางข้างในโตเท่าเมล็ดพุทธรักษา ใสขาวเหมือนกระจกส่องเงาหน้า แล้วให้ **บริกรรมภาวนา** คือ ท่องในใจเพื่อประคองบริกรรมนิมิตนั้นไว้ว่า "สัมมาอะระหัง ๆ ๆ" สามครั้ง พร้อมด้วยตรึกนึกถึงดวงที่ใสใจอยู่ในกลางดวงที่ใส นี่ **ฐานที่ ๑**

เมื่อเห็นเครื่องหมายใสสว่างชัดดีพอสมควรแล้ว ก็ค่อย ๆ เลื่อนเครื่องหมายนั้นไปหยุดอยู่ที่หัวตาด้านใน นี่ **ฐานที่ ๒** หญิงให้เลื่อนไปอยู่ทางหัวตาข้างซ้าย ชายข้างขวา และบริกรรมภาวนาประคองนิมิตนั้นไว้ว่า "สัมมาอะระหัง ๆ ๆ" สามครั้ง

แล้วจึงค่อย ๆ เลื่อนเครื่องหมายนั้นช้า ๆ ไปหยุดที่กึ่งกลางกั๊กศีรษะข้างใน นี่ **ฐานที่ ๓** พร้อมด้วยบริกรรมภาวนาว่า "สัมมาอะระหัง ๆ ๆ" กำกับไว้สามครั้ง

ทีนี้ จงกลับตาไปข้างหลัง เหมือนคนกำลังชักจะตายอย่างนั้น ในขณะหลับตาอยู่ก็ช้อนตาขึ้นข้างบน โดยไม่ต้องแหงนหน้าขึ้นตาม พอตาค้างแน่นอยู่ ความเห็นก็จะกลับไปข้างหลัง แล้วก็ให้ความเห็นนั้นกลับเข้าข้างใน พร้อม ๆ กับค่อย ๆ เลื่อนเครื่องหมายนั้นลงไปตรง ๆ ช้า ๆ ไปหยุดอยู่ที่เพดานปาก นี่ **ฐานที่ ๔** และบริกรรมภาวนาต่อไป "สัมมาอะระหัง ๆ ๆ" สามครั้ง

จึงค่อย ๆ เลื่อนเครื่องหมายใสสว่างนั้นลงไปหยุดอยู่ที่ปากช่องลำคอ เหนือลูกกระเดือก นี่ **ฐานที่ ๕** ตั้งเครื่องหมายไว้นิ่งอยู่ที่ปากช่องลำคอนั่นแหละ พร้อมด้วยบริกรรมภาวนา "สัมมาอะระหัง ๆ ๆ" แบบเดิมอีก

แล้วค่อย ๆ เลื่อนเครื่องหมายนั้งลงไปตรง ๆ ช้า ๆ ตามเส้นทางลมหายใจเข้าออก เหมือนกับเรากลืนดวงแก้วลงไปในท้องยังงั้นแหละ ลงไปหยุดนิ่งอยู่ตรงสุดลมหายใจเข้าออก ตรงระดับ

สะดือพอดี นี่ **ฐานที่ ๖** แล้วบริกรรมภาวนาประคองเครื่องหมายไว้เรื่อย จนเห็นเป็นดวงกลมใสชัดขึ้น

แล้วจึงค่อย ๆ เลื่อนเครื่องหมายนั้น ขยับสูงขึ้นมาตรง ๆ มาหยุดอยู่ ณ ศูนย์กลางกายเหนือระดับสะดือประมาณ ๒ นิ้วมือ นี่ **ฐานที่ ๗** ที่นี่เป็นที่ตั้งถาวรของใจ คนเราเวลาจะเกิดจะดับ จะหลับ จะตื่น ดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ ใสบริสุทธิ์เท่าฟองไข่แดงของไก่จะลอยขึ้นมาที่ศูนย์นี้

ยิ่งไปกว่านั้น ภายในดวงธรรมนี้ยังมีศูนย์เป็นดวงกลมใสเล็ก ๆ อยู่ ๕ ศูนย์ คือ ศูนย์กลาง ศูนย์ข้างหน้า ข้างขวา ข้างหลัง และข้างซ้าย ศูนย์กลางคือ "อากาศธาตุ" ศูนย์ข้างหน้า "ธาตุน้ำ" ข้างขวา "ธาตุดิน" ข้างหลัง "ธาตุไฟ" ข้างซ้าย "ธาตุลม" ช่องอากาศตรงกลางนั้นเรียกว่า "ศูนย์"

ตรงกลางอากาศธาตุ คือ **วิญญาณธาตุ** มีสายใย เส้นเล็ก ๆ ใส ๆ เชื่อมโยงจากศูนย์หรือธาตุทั้ง ๔ ที่ลอยอยู่รอบ ๆ ทั้งสี่ด้าน มารวมกันที่ศูนย์กลาง คือ อากาศธาตุอีกทีหนึ่ง ธาตุทั้งหลายเหล่านี้เองที่ทำหน้าที่ควบคุมการเจริญเติบโตของธาตุส่วนหยาบที่ประกอบกันขึ้นเป็นกายมนุษย์ คือ ส่วนที่เป็นของเหลว ของแข็ง อุณหภูมิ อากาศ และช่องว่างภายในร่างกายให้อยู่ในสภาวะพอเหมาะ ถ้าธาตุเหล่านี้วิปริตแปรปรวนหรือไม่พอเหมาะ โดยเหตุใด ๆ ก็ตาม ก็จะกระเทือนถึงธาตุส่วนหยาบคือ ร่างกายให้เกิดความไม่สบายหรือเจ็บไข้ได้ป่วยขึ้น และถ้าไม่สามารถจะควบคุมให้อยู่ในสภาวะที่พอจะทรงอยู่ได้ ก็แตกทำลาย ผลสุดท้ายก็ตาย กลับกลายไปเป็นสภาพเดิมของมันต่อไป

ธาตุละเอียดที่กล่าวนี้ ยังเป็นที่ตั้งของ "**ธรรม**" อันเป็น "**สภาพที่ทรงสัตว์ไว้**" คือ **คุณธรรมอันทรงสัตว์หรือรักษาสัตว์ไว้ มิให้ตกไปในที่ชั่ว** มีรัศมีสว่างเต็มดวงทีเดียว ดังพุทธบาลีว่า **ธมฺโม ปทีโป** แปลความว่า **ธรรมคือแสงสว่าง** ที่สามารถช่วยให้เกิดปัญญารู้แจ้งในสัจจธรรม รู้จักผิดชอบ ชั่วดี หรือบาปบุญคุณโทษต่าง ๆ แต่ขนาดและความสว่างของดวงธรรมนี้ไม่เท่ากัน แตกต่างกันด้วยคุณธรรมและภูมิปัญญา ธาตุและธรรมนี้เป็นที่ตั้งที่อาศัยซึ่งกันและกันและจะต้องมีคู่กันเสมอ

ณ ศูนย์กลางดวงธรรมนี้ ยังเป็นที่ตั้งของขันธ์ ๕ ส่วนละเอียด คือ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณอีกด้วย ซึ่งขยายส่วนหยาบออกมาเป็น เห็น จำ คิด รู้ แล้วเจริญเติบโตขึ้นเป็นกาย ใจ จิต และวิญญาณ เป็นพื้นฐานของการเจริญสติปัฏฐาน เพื่อให้เกิดปัญญารู้แจ้งในสัจจธรรม เป็นทางให้สิ้นอาสวกิเลส ตัณหา อุปาทาน และบรรลุ มรรค ผล นิพพาน

ศูนย์นี้จึงสำคัญนัก เพราะเป็น**ที่ตั้ง ที่จรด** หรือ **ที่หลุด** ของใจ เวลาสัตว์จะไปเกิดมาเกิดก็จะมาอยู่ในที่สิบ คือฐานที่ ๖ แล้วลอยขึ้นมาหยุด ณ กลางกายฐานที่ ๗ นี้ก่อน เรียกว่าจิตตก "ศูนย์" จะเข้ามรรคผลนิพพานก็ต้องเข้าที่ศูนย์นี้ เมื่อทราบดังนี้แล้วก็จงทำใจให้หยุดนิ่ง

อยู่ศูนย์กลางนี้ทีเดียว ซ้าย ขวา หน้า หลัง ล่าง บน นอก ใน ไม่ไปทั้งนั้น เข้ากลางของกลาง ๆ ๆ ๆ นิ่งแน่นหนักขึ้น พอถูกส่วนเข้าเท่านั้นก็จะเห็นดวงใสแจ่มบังเกิดขึ้นเท่าฟองไข่แดงของไก่ อย่างเล็กเท่าดวงดาวในอากาศ อย่างโตเท่าดวงจันทร์ดวงอาทิตย์ ดวงนี้เรียกว่า ดวงธรรม หรือ **ดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน** หรือ ดวง **ปฐมมรรค** หนทางเบื้องต้นไปสู่มรรคผลนิพพาน

กล่าวอีกนัยหนึ่ง นิมิตที่เห็นได้ติดตาชัดเจนอย่างนี้ เรียกว่า "ปฏิภาคนิมิต" อาการของใจที่หยุดนิ่งเป็นสมาธิขั้นนี้เรียกว่า "อุปจารสมาธิ" และถ้าหยุดได้สนิทอย่างแน่นแฟ้นก็เรียกว่า "อัปปนาสมาธิ" ซึ่งเป็นพื้นฐานของ "ฌาน" หรือระดับการเพ่งของใจจนสามารถหยุดเป็นอารมณ์เดียวได้แล้ว กล่าวคือ

ขณะใดที่ใจหยุดนิ่งอยู่ในอารมณ์เดียว แล้วยังประกอบด้วยอารมณ์วิตก วิจาร หรือตรึกตรองประคองนิมิตอยู่ มีความปีติและความสุขอย่างละเอียด ๆ อีกด้วย นับเป็นระดับสมาธิขั้น **ปฐมฌาน**

ถ้าหากเพ่งใจให้หยุดในหยุด กลางของหยุดในหยุดต่อไปอีก จนไม่รู้สึกว่ามีอารมณ์ตรึกตรองประคองนิมิตอยู่ละก็ เป็นสมาธิขั้น **ทุติยฌาน**

ถ้าใจหยุดในหยุด กลางของหยุดในหยุดต่อไปอีก จนไม่มีอารมณ์ปีติเหลืออยู่ คงมีแต่อารมณ์ที่เป็นสุขจากจิตที่ละเอียด ๆ อยู่เรียกว่า ตติยฌาน

และถ้าหยุดในหยุดต่อไปอีก จิตละเอียดหนักยิ่งขึ้นไปอีก จนไม่รู้สึกว่ามีอารมณ์สุขเหลืออยู่ นอกจากอาการของใจที่หยุดนิ่งสนิทเป็นอารมณ์เดียว และเป็นอุเบกขาอยู่เท่านั้น เรียกสมาธิขั้นนี้ว่า **จตุตถฌาน**

การเจริญภาวนาดังที่ได้กล่าวมาแล้วนั้น ในระยะแรก ๆ ผู้ปฏิบัติอาจสามารถกระทำใจให้หยุดเป็นอารมณ์เดียวได้ถึงขั้น "จตุตถฌาน" เลยโดยไม่รู้ตัวก็มี หรือได้ในระดับที่ต่ำกว่าก็มาก

แต่อย่างไรก็ตาม ผู้ที่เริ่มฝึกปฏิบัติใหม่ ๆ ไม่ต้องไปกังวลใจกับเรื่องอารมณ์ฌานให้เกิด ความลังเลสงสัย และจิตใจฟุ้งซ่าน อันเป็นเหตุให้นิวรณ์ธรรมมาขัดขวางการเจริญสมาธิของเรา จงปล่อยใจให้ดิ่งลงไปที่กลางของกลาง ๆ ๆ ๆ อย่างเดียว เพื่อให้สมาธิเจริญแนบแน่นดีเสียก่อน จึงค่อยฝึกหัดสังเกตอารมณ์ฌานทีหลัง

เมื่อเห็นดวงปฐมมรรคแล้วก็หยุดบริกรรมภาวนา ทีนี้ให้น้อมใจเบา ๆ ไปจรดที่ศูนย์กลางดวงนี้อีก มีที่หมายเป็นจุดเล็กใสเท่าปลายเข็ม พอใจหยุดใจนิ่งได้ถูกส่วนเข้าเท่านั้นแหละ ดวงเดิมนี้ก็จะว่างหายไป และมีดวงใหม่ผุดขึ้นมาแทนที่ ใสละเอียดยิ่งกว่าดวงเดิม ดวงนี้เป็นดวง "ศีล" บริสุทธิ์ในกรรมฐาน โปรดเข้าใจด้วยว่า ความบริสุทธิ์กายและวาจาเป็นแต่เจตนาศีล ความบริสุทธิ์ใจเป็นเจตสิกศีล **ความบริสุทธิ์ไตรทวารเหล่านี้เป็นแต่อาการของศีลเท่านั้น**

ยังไม่เป็นที่ตั้งของสมาธิได้ ต้องเป็นศีลในกรรมฐาน คือ "สีลานุสติ" ระลึกถึงความบริสุทธิ์กาย วาจา ใจ อยู่เนือง ๆ จึงจะเป็นที่ตั้งของสมาธิได้ ระลึกที่ไหน? ก็ตรงศูนย์กลางกายหรือกำเนิดเดิมนั่นแหละ เมื่อใจกับกำเนิดเดิมประกอบกันถูกส่วนเข้า ก็เกิดเป็นศีลบริสุทธิ์ขึ้นมาดังที่กล่าวมาแล้ว

พระสงฆ์จะทรงศีลให้บริสุทธิ์ตั้ง ๒๒๗ ข้อได้อย่างไรไหว มันสำคัญอยู่ที่ใจต่างหาก พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ว่า **"มโนปุพฺพงฺคมา ธมฺมา มโนเสฏฺฐา มโนมยา"** แปลเป็นใจความว่า **"ธรรมทั้งหลาย มีใจเป็นหัวหน้า มีใจประเสริฐสุด สำเร็จมาจากใจ"**

เพราะฉะนั้น หากประคองใจให้บริสุทธิ์ รักษาดวงใส ๆ นั้นไว้อย่างเดียวก็คุ้มได้หมด เพราะถ้าจิตใจใสบริสุทธิ์ และมีสมาธิตั้งมั่นเป็นเอกัคคตารมณ์ดีแล้ว นิวรณ์ธรรมทั้งหลายก็ไม่อาจเข้ามาครอบคลุมจิตใจได้ อกุศลเจตสิกทั้งหลายก็ไม่มีทางที่จะเข้าไปย้อมไปเชิด หรือไปดลใจและกาย วาจา ให้เป็นไปตามอำนาจของมันได้ แล้วจะเป็นโทษได้อย่างไร จิตใจก็จะมีแต่ใสสะอาดบริสุทธิ์ ผุดผ่องเป็นกุศล เป็นฝ่ายดีตามลำดับชั้น คือ กามาวจรจิต รูปาวจรจิต อรูปาวจรจิต และที่สุดจนถึง **โลกุตตรจิต** อันเป็นเรื่องที่ละเอียดอ่อน

เมื่อเข้าใจดีแล้วก็น้อมใจหยุดในหยุดลงไปในกลางดวงธรรมที่ทำให้เป็น **"ศีล"** นี้ทีเดียว มีที่หมายเป็นจุดเล็กใสเท่าปลายเข็ม คือเหตุว่างของดวงศีล พอหยุดได้ถูกส่วนเข้า ดวงเดิมก็จะว่างหายไป และดวง**สมาธิ**ก็จะผุดลอยขึ้นมาแทนที่ใสบริสุทธิ์ยิ่งขึ้นไปอีก

หยุดในหยุดลงไปในดวงสมาธินั่น เมื่อหยุดได้นิ่งถูกส่วนเข้า ดวงเดิมนี้ก็จะว่างหายไป แล้วดวง**ปัญญา**ก็จะผุดลอยขึ้นมาแทนที่อีก ใสละเอียดหนักยิ่งขึ้นไปอีก

จรดใจเบา ๆ ไปที่ดวงปัญญา พอหยุดนิ่งได้ถูกส่วน ดวงปัญญาก็จะว่างหายไปอีก ดวง**วิมุตติ** ก็จะผุดลอยขึ้นมาแทนที่ ใสละเอียดหนักยิ่งขึ้นไปอีก เป็นปัจจุบันธรรมของจิตที่สะอาดบริสุทธิ์ปราศจากกิเลสของมนุษย์ได้แก่ อภิชฌาพยาบาท และมิจฉาทิฏฐิเป็นต้น เป็นการหลุดพ้นด้วยการข่มกิเลส หรือในบาลีเรียกว่าวิกขัมภนวิมุตติ

หยุดในหยุดลงไปในดวงวิมุตตินั่นแหละ พอหยุดได้ถูกส่วนเข้า ดวงวิมุตติก็จะว่างหายไป แล้วดวง**วิมุตติญาณทัศนะ** ก็จะผุดลอยขึ้นมาแทนที่อีก ใสละเอียดและมีรัศมีสว่างมากขึ้นไปตามลำดับ

ให้รวมใจหยุดลงไป ณ ที่ศูนย์กลางวิมุตติญาณทัศนะนั่น พอถูกส่วนเข้า ดวงนั้นก็จะว่างหายไป และจะปรากฏเห็น **กายละเอียด** หรือ **กายฝัน** ผุดซ้อนขึ้นมาแทนที่ กายนี้เองที่เวลาเราหลับแล้วฝันไป หรือเวลาที่จะตายก็จะไปเกิด โดยตกศูนย์ลงไปยังฐานที่ ๖ ตรงราวสะดือพอดี แล้วเปลี่ยนสภาพเป็นดวงธรรมที่ทำให้เกิดในภูมิใหม่ผุดลอยขึ้นมายังฐานที่ ๗ อีกครั้งหนึ่ง จึงจะตกศูนย์ไปยังฐานที่ ๖ แล้วออกไปตามฐานที่ ๕ ที่ ๔ ที่ ๓ ที่ ๒ ที่ ๑ ตามลำดับ เพื่อไปเกิดในภูมิหรือภพใหม่อีกต่อไป

เมื่อถึงกายมนุษย์ละเอียดนี้แล้ว ก็ให้รวมใจหยุดในหยุดลงไปที่ศูนย์กลางกายใหม่นั้นอีก ด้วยวิธีน้อมใจเข้าสู่กลางของกลาง ก็จะเห็นดวงธรรม แล้วก็ดวงศีล ดวงสมาธิ ดวงปัญญา ดวงวิมุตติ และดวงวิมุตติญาณทัศนะ ตามลำดับ และเมื่อหยุดในหยุดลงไปที่ศูนย์กลางวิมุตติญาณทัศนะ ดวงนี้ก็จะว่างหายไปอีก และจะปรากฏเห็น**กายทิพย์หยาบ** และ**กายทิพย์ละเอียด** ต่อไปตามลำดับ ใสละเอียด ประณีต โตกว่า และมีรัศมียิ่งกว่ากายมนุษย์ละเอียด ผุดลอยขึ้นมาแทนที่

ด้วยวิธีน้อมใจเข้าสู่ศูนย์กลางกายทิพย์ละเอียด ผ่านดวงธรรม ดวงศีล ดวงสมาธิ ดวงปัญญา ดวงวิมุตติ และดวงวิมุตติญาณทัศนะ ก็จะถึงกาย**รูปพรหมหยาบ** และ **รูปพรหมละเอียด** ตามลำดับ ใสละเอียด ประณีต มีขนาดโตและรัศมีสว่างกว่ากายทิพย์

น้อมใจเข้ากลางของกลางกายรูปพรหมละเอียด ผ่านดวงธรรม ศีล สมาธิ ปัญญา วิมุตติ และวิมุตติญาณทัศนะต่อไปตามลำดับ ก็จะถึงกาย**อรูปพรหมหยาบ** และ **อรูปพรหมละเอียด** ตามลำดับอีก ใสละเอียด มีรัศมีสว่าง และขนาดโตกว่ากายพรหม

หยุดในหยุดลงไป ณ ศูนย์กลางกายอรูปพรหมละเอียด เข้ากลางของกลาง ๆ ๆ ผ่านดวงธรรม ดวงศีล สมาธิ ปัญญา วิมุตติ และวิมุตติญาณทัศนะ ก็จะถึง**กายธรรมโคตรภูหยาบ** และ **กายธรรมโคตรภูละเอียด** ซึ่งมีลักษณะเหมือนพระพุทธรูปแก้ว เกตุดอกบัวตูม ใส ละเอียด และมีรัศมีสว่างยิ่งกว่ากายแรก ๆ ที่แล้วมา ดวงธรรมจะขยายเต็มส่วนหน้าตักและความสูงขององค์พระ มีขนาดเส้นผ่าศูนย์กลาง ขนาดเล็กประมาณสักคืบหนึ่ง ขนาดโตเกือบ ๕ วา

กายนี้เองคือ **ธรรมกาย** ตรงกับพุทธบาลีที่ว่า **ธมฺมกาโย อหํ อิติปิ "เราตถาคต คือธรรมกาย"** แต่กายธรรมโคตรภูนี้ยังอ่อนอยู่ จักต้องดำเนินต่อไปอีก คือ

รวมใจหยุดในหยุดลงไป ณ ที่ศูนย์กลางกายธรรมโคตรภูละเอียด เข้ากลางของกลาง ๆ ๆ ต่อไปอีก ผ่านดวงธรรม ศีล สมาธิ ปัญญา วิมุตติ และวิมุตติญาณทัศนะ ก็จะเห็น **กายพระโสดาหยาบ** และ **กายพระโสดาละเอียด**ต่อไปอีก ใสละเอียด และมีรัศมีสว่างยิ่งขึ้น ขนาดของดวงธรรม หน้าตักและส่วนสูงถึง ๕ วา

ใจหยุดลงไปในศูนย์กลางกายพระโสดาบันละเอียดต่อไปอีก เข้ากลางของกลาง ๆ ๆ ผ่านดวงธรรม ศีล สมาธิ ปัญญา วิมุตติ และวิมุตติญาณทัศนะ พอถูกส่วนเข้าก็ถึงกาย**พระสกิทาคามีหยาบและพระสกิทาคามีละเอียด** ขนาดของดวงธรรม หน้าตักและส่วนสูงถึง ๑๐ วา

รวมใจหยุดลงไป ณ ที่ศูนย์กลางพระสกิทาคามีละเอียดต่อไป ผ่านดวงธรรม ศีล สมาธิ ปัญญา วิมุตติ และวิมุตติญาณทัศนะต่อไปอีก ก็จะถึง**กายพระอนาคามีหยาบและกายพระอนาคามีละเอียด**ตามลำดับ ขนาดของดวงธรรม หน้าตักและส่วนสูง ๑๕ วา

น้อมใจเข้ากลางของกลางกายพระอนาคามีละเอียดต่อไปอีก ผ่านดวงธรรม ศีล สมาธิ ปัญญา วิมุตติ และวิมุตติญาณทัศนะต่อไปอีก ก็จะถึง**กายพระอรหัตหยาบและพระอรหัต**

ละเอียดตามลำดับ เมื่อหยุดในหยุดเข้าไปในกลางของกลางกายอรหัตละเอียดต่อไปอีก ก็ยิ่งจะถึง**พระอรหัตในอรหัตที่ละเอียด** ๆ ต่อไปอีก ผุดซ้อนขึ้นมาไม่ขาดสาย เป็นเถา เป็นชุด เป็นชั้น เป็นตอน เป็นภาค เป็นพืดทีเดียว

ยิ่งกายละเอียด ๆ นี้ผุดขึ้นมามากเพียงใด ก็จะช่วยให้ธาตุธรรมใสละเอียดสะอาดบริสุทธิ์ยิ่งขึ้นเพียงนั้น อันเป็นผลให้ เห็น จำ คิด รู้ และกาย ใจ จิต วิญญาณ ส่วนหยาบได้รับผลดีตามไปด้วย และถ้าจะยกวิปัสสนาขึ้นพิจารณา ก็จะเกิดปัญญารู้แจ้งได้มาก เพราะสามารถให้ได้ทั้งรู้และทั้งเห็นวิปัสสนาญาณก็จะเจริญขึ้นอย่างรวดเร็ว ตั้งแต่กายมนุษย์ถึงกายอรูปพรหมละเอียดนี้ยังจัดอยู่ในขั้นสมถะ เพราะสามารถจะรู้เห็นได้แต่เพียงเรื่องราวของภพสามเท่านั้น ต่อเมื่อถึงกายธรรมตั้งแต่กายธรรมโคตรภูจนถึงกายอรหัตจึงเป็นขั้นวิปัสสนาภูมิ

เมื่อเข้าใจดั่งนี้แล้ว ไม่ว่าท่านจะถึงธรรมกายแล้วหรือไม่ ให้พยายามรวมใจหยุด ณ ที่ศูนย์กลางกายอยู่เสมอเมื่อมีโอกาส สำหรับผู้ที่ถึงธรรมกายแล้ว ก็ให้รวมใจของทุกกายให้อยู่ ณ ศูนย์กลางกายอรหัตที่ละเอียด ๆ องค์ที่สุดอยู่เสมอ ทุกอิริยาบถทีเดียว จะเจริญภาวนาธรรมก็ดี ไหว้พระ สวดมนต์ก็ดี จะอุทิศส่วนกุศลหรือแผ่เมตตาก็ดี ตลอดจนอธิษฐานปรารถนาสิ่งใด ๆ ที่ชอบก็ดี ให้รวมใจหยุดอยู่ ณ ที่ศูนย์กลางกายนั้นเสมอ แล้วก็จะเห็นผลด้วยตนเอง

ก่อนจะจบการภาวนา ขณะที่ทุกท่านรวมใจหยุดลงไปที่ศูนย์กลางกายอยู่ ก็ขอให้ทุกท่านรำลึกถึงบุญบารมีที่ได้เคยสร้างสมอบรมมาตั้งแต่อดีตจนถึงปัจจุบัน ให้มารวมอยู่ ณ ที่ศูนย์กลางกายนี้แหละ แล้วตั้งใจบูชาคุณพระพุทธเจ้า คุณพระธรรมเจ้า และคุณพระสงฆ์เจ้าทั้งในอดีต ในปัจจุบัน และในอนาคต ทุก ๆ พระองค์ ตลอดจนพระเดชพระคุณหลวงพ่อวัดปากน้ำฯ ผู้ค้นพบวิชชาธรรมกายของพระพุทธเจ้า แล้วอุทิศผ่านไปยังคุณบิดามารดา คุณครูอุปัชฌาย์อาจารย์ และญาติพี่น้องทั้งหลาย ตลอดจนพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว สมเด็จพระบรมราชินีนาถฯ สมเด็จพระบรมราชชนนี สมเด็จพระบรมโอรสาธิราช และสมเด็จพระเจ้าลูกเธอ ผู้ปกครองและผู้รักษาประเทศชาติ ทั้งพลเรือน ทหารและตำรวจ ผู้รักษาพระพุทธศาสนาและวิชชาธรรมกาย เพื่อนร่วมโลกอื่นทั้งหลาย ทั้งมนุษย์และอมนุษย์ ขอให้กุศลผลบุญนี้จงช่วยประคับประคองท่านและสรรพสัตว์ทั้งหลายให้มีปัญญาได้ดวงตาเห็นธรรม เป็นสัมมาทิฏฐิแต่ฝ่ายเดียว ให้สิ้นอาสวะกิเลส ตัณหา อุปาทาน และบรรลุมรรค ผล นิพพาน และขอจงเป็นสุขเป็นสุขเถิด อย่าได้มีเวรมีภัยซึ่งกันและกันเลย จงเป็นสุขเป็นสุขเถิด อย่าได้ทุกข์กายทุกข์ใจเลย และขอจงรักษาตนให้พ้นทุกข์ภัยทั้งหลายเถิด

ตอนที่ ๒ การเจริญภาวนาธรรม ตามแนววิชชาธรรมกายช่วยส่งเสริมสุขภาพจิต

ในตอนที่ ๒ นี้จะได้กล่าวถึงคุณค่าของการเจริญภาวนาธรรมตามแนววิชชาธรรมกายนี้ว่ามีคุณค่าแก่ผู้ปฏิบัติหลายประการ

พระเดชพระคุณ พระภาวนาโกศลเถร ได้อธิบายความหมายของการเจริญภาวนาธรรมโดยย่อ ๆ ว่า แบ่งออกเป็นสองขั้น คือ **สมถะ** กับ **วิปัสสนา** หรือที่เรียกว่า **สมาธิ** กับ **ปัญญา** ทั้งนี้โดยมี **ศีล** เป็นพื้นฐานของการปฏิบัติ และพระเดชพระคุณท่านก็ได้กล่าวถึงอานิสงส์รวบยอดของการเจริญภาวนาธรรมว่า

สมถะ หรือ **สมาธิ** ก็เพื่อทำใจให้หยุดให้นิ่ง อยู่ในอารมณ์เดียว เมื่อใจหยุดใจนิ่งได้แล้ว นิวรณ์ธรรมทั้งหลาย เป็นต้นว่า ความกำหนัดยินดีในกามคุณทั้ง ๕ คือในรูป เสียง กลิ่น รส และสัมผัสก็หมดไป ใจก็ใสสะอาดบริสุทธิ์ ควรแก่งาน**วิปัสสนา** ให้เกิด**ปัญญา** รู้แจ้งในสภาวธรรมตามความเป็นจริง สามารถกำจัดอวิชชา อันเป็นรากเหง้าของตัณหา อุปาทาน และทุกข์ให้หมดไป นี่เป็นทางมรรค ผล นิพพาน อันเป็นจุดมุ่งหมายสำคัญที่สุดของการปฏิบัติธรรมตามแนวทางของพระพุทธศาสนา

ในระหว่างที่กำลังปฏิบัติธรรมอยู่ โดยเฉพาะอย่างยิ่งการเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกายนี้ แม้ว่าจะยังไม่ถึงขั้นบรรลุมรรค ผล นิพพาน ก็ให้คุณค่าแก่การดำเนินชีวิตประจำวันของบุคคลทั่วไปอย่างมากมายคุ้มค่าแก่การปฏิบัติ ดังจะขอยกตัวอย่างจากประสบการณ์มาสู่ท่านผู้ฟังเท่าที่จะพอรวบรวมมาได้ดังต่อไปนี้

ประการที่ ๑ ช่วยส่งเสริมสุขภาพจิตได้เป็นอย่างดีทางหนึ่ง

ตามปกติ จิตใจของคนเรานั้นมีสภาพที่เบา ดิ้นรนกวัดแกว่งง่าย หรือฟุ้งซ่านอยู่เสมอ แต่รักษาให้สงบได้ยาก บางครั้งเจ้าตัวรู้สึกว่าอ่อนเพลียทั้งกายและใจเหลือเกินแล้วอยากจะให้มันหยุดสงบเสียที เพื่อจะได้พักผ่อนหลับนอนเอาแรงบ้าง มันก็ไม่ยอมหยุด ประเดี๋ยวคิดไปถึงเรื่องนั้น ประเดี๋ยวก็ไปคิดถึงเรื่องนี้ ยึดไอ้โน่น เกาะไอ้นี่ อยู่ร่ำไป ทั้งนี้เป็นเพราะเหตุไร ?

เพราะเหตุว่า **จิตใจไม่เคยได้รับการฝึกให้หยุดให้นิ่ง** ตั้งแต่เกิดมาเลยทีเดียว ใจมันมีแต่ออกไปนอกตัวอยู่เสมอเลยหยุดไม่เป็น นี่เป็นเหตุข้อที่ ๑ ทีนี้เหตุข้อที่ ๒ ก็เพราะ**อวิชชา** คือความไม่รู้ลักษณะของธรรมชาติตามสภาพที่เป็นจริงว่า สรรพสิ่งทั้งหลายที่ประกอบด้วย

ปัจจัยปรุงแต่งนั้นน่ะ มันไม่เที่ยง มีเกิดขึ้นแล้วก็ดับไปเป็นธรรมดา ถ้าใครไปยึดไปเกาะเข้าแล้ว ก็เป็นทุกข์ เพราะมันเพียงแต่ผ่านเข้ามาในวงชีวิตชั่วระยะหนึ่งแล้วก็ผ่านไป ไม่มีใครเป็นเจ้าของได้เลย

แต่เมื่อปัญญาจริง ๆ มันยังไม่เกิดอย่างแจ้งชัดในจิตใจละก็ ทึกทักเอาเป็นจริงเป็นจังทีเดียว ยึดเกาะไว้แน่น ไม่ยอมปล่อยยอมวางกันเทียวหละ ทั้ง ๆ ที่รู้อยู่ว่ายิ่งยึดยิ่งเกาะ มันยิ่งทุกข์ ก็สลัดไม่ออก เพราะฝึกฝนมาน้อย ปัญญายังไม่ส่องสว่างเพียงพอที่จะกำจัดอวิชชาเสียได้ ก็เฝ้าแต่ครุ่นคิด ฟุ้งซ่าน วิตก กังวลอยู่นั่นแหละ แม้แต่อยากจะนอน ก็นอนไม่หลับ อ่อนเพลียทั้งจิตใจและร่างกาย ดีไม่ดีก็จะพาลเป็นโรคเส้นประสาทเอาง่าย ๆ

การฝึกเจริญภาวนาธรรมตามแนวนี้ สามารถช่วยให้จิตใจสงบหยุดนิ่งได้ง่าย เพราะมีอุบายผูกใจไว้กับ**บริกรรมนิมิต**และ**บริกรรมภาวนา**คู่กัน เพื่อประคองใจไว้ให้อยู่ในอารมณ์เดียว ไม่ซัดส่ายแกว่งไกวไปที่อื่น คือช่วยรวมความเห็น จำ คิด รู้ ให้มาหยุดอยู่ ณ ศูนย์กลางกาย อันเป็นที่ตั้งถาวรของใจเป็น **เอกัคคตารมณ์** ได้ง่าย

เมื่อจิตถูกใช้ให้บริกรรมภาวนาว่า "สัมมาอะระหัง ๆ ๆ" และถูกประคองให้เข้ามาอยู่เสียที่ในบริกรรมนิมิต หนักเข้า ก็จะค่อย ๆ เชื่องและสงบลง แล้วผู้ปฏิบัติจะค่อย ๆ เห็นนิมิตปรากฏชัดขึ้น และเห็นได้นานขึ้นด้วยใจ เรียกว่า **อุคคหนิมิต** เมื่อถึงขั้นนี้แล้ว ก็ให้หยุดบริกรรมภาวนาเสีย เพราะถ้าขืนให้ใจทำงานอีกต่อไป ก็จะหยุดไม่ได้สนิท จึงให้เลิกบริกรรมภาวนาเพียงแต่คอยประคองใจให้หยุดในหยุดอยู่กลางนิมิตที่ใสนั่นแหละ กลางของกลาง ๆ ๆ ๆ นิ่งแน่นเข้าไป พอใจหยุดนิ่งได้ถูกส่วนเป็นอารมณ์เดียวแล้วก็ เป็นได้เห็น **ปฏิภาคนิมิต** ทีเดียว เป็นดวงใสแจ่มบังเกิดขึ้น ใสบริสุทธิ์ ดุจเพชรลูกที่เจียระไนแล้ว สว่างดั่งดาวประกายพรึก สามารถจะนึกขยายให้โตขึ้นหรือนึกย่อให้เล็กลงก็ได้ สมาธิขั้นนี้เรียกว่า **อัปปนาสมาธิ**

เมื่อผู้เจริญภาวนาสามารถกระทำใจให้ถึงขั้นนี้ละก็ เข้ากลางของกลางเรื่อยไป ความเย็นตาเย็นใจก็จะบังเกิดขึ้น อย่างชนิดที่ไม่เคยได้พบมาก่อน ทีนี้แหละได้รู้ซึ้งถึงแก่นใจด้วยตนเองว่า ที่ว่า **"นตฺถิ สนฺติ ปรํ สุขํ ความสุขอื่น ยิ่งกว่าความสงบคือใจหยุด ใจนิ่ง ไม่มี"** นั้นเป็นอย่างไร

เมื่อจิตเป็นขึ้นแล้วอย่างนี้ ประสงค์จะหลับเมื่อใด ก็สามารถหลับได้โดยง่ายด้วยใจอันสงบและเป็นสุข จึงเหมาะอย่างยิ่งกับสาธุชนทั่วไป โดยเฉพาะอย่างยิ่งผู้ที่มีภาระหน้าที่การงานเคร่งเครียดมามากตลอดทั้งวัน สามารถช่วยให้จิตใจได้รับการพักผ่อนอย่างถูกวิธี ช่วยระงับความฟุ้งซ่าน วิตกกังวล ที่เรียกว่า **อุทธัจจะ กุกกุจจะ** ได้เป็นอย่างดี ทำให้สุขภาพจิตดี และพลอยเป็นผลให้สุขภาพกายดีตามไปด้วย

เมื่อได้เข้าใจดีอย่างนี้แล้ว ก็จงหมั่นปฏิบัติทุกครั้งที่มีโอกาสว่างจากภารกิจการงาน ฝึกปฏิบัติได้ทุกอิริยาบถ ไม่ว่าจะในขณะยืน เดิน นั่งหรือนอน จะหลับตาหรือลืมตาก็ได้ เพียงแต่

ให้บริกรรมภาวนาในใจว่า "สัมมาอะระหัง ๆ ๆ ๆ ๆ" ตรึกนึกถึงดวงที่ใส ใจอยู่ในกลางดวงที่ใสเท่านั้น เพื่อให้จิตเป็นเร็วขึ้น อย่าท้อถอยทอดทิ้งเสีย คุณอนันต์จริง ๆ

หากท่านมีความสงสัยในวิธีการปฏิบัติธรรมตามแนววิชชาธรรมกายนี้ ก็ขอได้โปรดเขียนจดหมาย เล่าถึงปัญหาในทางปฏิบัติดังกล่าว ส่งไปที่ **ท่านเจ้าคุณ พระภาวนาโกศลเถร รองเจ้าอาวาสวัดปากน้ำ ภาษีเจริญ กรุงเทพฯ ๑๐๑๖๐** หรือไปรับการฝึกอบรมด้วยตัวเองที่วัดสระเกศราชวรมหาวิหาร ทุกวันอาทิตย์ เวลา **๙.๓๐–๑๒.๐๐ น.** ก็จักเป็นประโยชน์แก่ตัวเองอย่างยิ่ง.

ตอนที่ ๓ การเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกาย ช่วยให้ผู้ปฏิบัติสามารถประกอบกิจการงานดีขึ้น

นักเรียน นิสิต นักศึกษา ที่เล่าเรียนไม่ได้ผลดี เป็นเพราะเหตุใด? เหตุผลประการสำคัญอย่างหนึ่งก็คือว่า ในขณะที่รับฟังการบรรยายของครู อาจารย์ก็ดี หรือในขณะที่อ่านหนังสือตำรับตำราก็ดี จิตใจมิได้ตั้งมั่นเป็นสมาธิในบทเรียนดีพอ จึงทำให้ไม่สามารถเข้าใจหรือจดจำได้ดีเท่าที่ควร เมื่อเล่าเรียนไม่รู้เรื่องมาก ๆ เข้า ผลการเรียนก็ล้มเหลว ยิ่งทำให้เกิดความเบื่อหน่ายท้อถอย เมื่อเอาดีทางการร่ำเรียนไม่ได้ ก็หันไปเอาดีเอาเด่นทางอื่น บางรายก็สามารถไปเอาดีในทางที่ชอบที่ตนถนัด ก็นับว่าสามารถเอาตัวรอดไปได้ แต่บางรายกลับหันไปเอาเด่นเอาดังในทางมิชอบ หรือหันไปในทางเสื่อมเสีย เดือดร้อนแก่ทั้งตนเองและทั้งบิดามารดา ผู้เฝ้าตั้งตาคอยความสำเร็จหรือความก้าวหน้าของบุตรสุดที่รัก ยิ่งถ้าเป็นรายที่รีบด่วนชิงสุกก่อนห่าม ทั้ง ๆ ที่ยังศึกษาเล่าเรียนไม่สำเร็จและยังเลี้ยงตนเองไม่ได้ ก็ยิ่งจะต้องเดือดร้อนกันไปทั่ว หลายชีวิตทีเดียว

ความจริง จิตใจมนุษย์เรานั้น อาจเป็นสมาธิได้เองโดยธรรมชาติ เมื่อมีสิ่งแวดล้อมเป็นใจ แต่จะเป็นสมาธิได้มากหรือน้อย จะเป็นสมาธิที่ชอบหรือมิชอบ ควรแก่กิจการงานประเภทใดนั้นเป็นอีกเรื่องหนึ่ง

ใจที่เป็นสมาธินั้น พอจะอธิบายให้เข้าใจง่าย ๆ ว่า หมายถึงในขณะที่องค์ประกอบของใจ อันได้แก่ เวทนา สัญญา สังขาร วิญญาณ หรือความเห็น จำ คิด รู้ สี่อย่างนี้หยุดรวมกันตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียว ที่เรียกว่า **เอกัคคตารมณ์**

โดยธรรมชาติแล้วจิตใจอาจตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์หนึ่งอารมณ์ใดได้เสมอ แต่มักเป็นอยู่ชั่วระยะเวลาสั้น ๆ แล้วก็จืดจางหายไป กลับฟุ้งซ่านด้วยอำนาจของนิวรณ์ธรรมต่าง ๆ เป็นต้นว่า ผู้ที่ตั้งใจฟังเพลงดนตรี จิตใจก็ย่อมจดจ่อเป็นอารมณ์เดียวอยู่กับเสียงเพลงดนตรีนั้น แต่พอได้รับความเร้าอารมณ์ในทางใดทางหนึ่งจากเสียงเพลงหรืออาการแสดงออกของนักร้อง จิตใจก็กลับจะพลอยหลงเคลิบเคลิ้มไปในอารมณ์ต่าง ๆ เหล่านั้นด้วย จิตใจก็เริ่มพร่ากระจายไปหลายจุดรวมกันไม่ติด จึงขาดคุณสมบัติของการเป็นสมาธิไปในทันที กลับกลายเป็นจิตใจที่อ่อนแอและเปิดช่องให้กิเลสตัณหาเข้ามาครอบคลุมได้ง่าย และดลจิตใจให้เป็นไปตามอำนาจของมัน ซึ่งกายและวาจาก็จะพลอยปฏิบัติตามไปด้วย ตามความหนักเบาแห่งอำนาจของกิเลสตัณหานั้น ๆ จิตใจก็จะขาดจากคุณสมบัติของสมาธิไปทันที

นอกจากนี้ จิตใจมนุษย์เรานั้น มีปกติตกไปในอารมณ์ที่ใคร่ ความยินดีในอารมณ์ฝ่ายต่ำ จึงแปรเปลี่ยนไปในทางชั่วตามอำนาจของกิเลสได้ง่ายกว่าที่จะเปลี่ยนแปลงไปในทางดี สมาธิจิตอันเกิดขึ้นเองโดยธรรมชาติที่แวดล้อมไปด้วยสิ่งยั่วเย้าอารมณ์จึงเสื่อมคลายได้ง่าย และถูกแทรกแซงด้วยกิเลสโดยง่าย จึงไม่จัดอยู่ในประเภทสัมมาสมาธิ คือสมาธิชอบตามนัยแห่งอริยมรรค

สมาธิที่มีแต่คุณ ไม่มีโทษเลยนั้น คือการเจริญฌานทั้งสี่ อันได้แก่ ปฐมฌาน ทุติยฌาน ตติยฌาน และจตุตถฌาน ซึ่งดำเนินไปเพื่อความบริสุทธิ์แห่งจิต และเป็นทางไปสู่ปัญญารู้แจ้งในสภาวธรรมและอริยสัจจ์สี่ คือ ทุกข์ สมุทัย นิโรธ และมรรค เป็นสมาธิที่เป็นไปเพื่อกำจัดอวิชชา ตัณหา อุปาทาน อันเป็นเหตุแห่งทุกข์ให้หมดสิ้นไป จึงเรียกว่า **สัมมาสมาธิ** หรือสมาธิชอบ

สมาธินี้เอง ที่เราพึงประสงค์ เพราะให้แต่คุณฝ่ายเดียวทั้งทางโลกและทางธรรม

ในทางโลก เมื่อจิตใจได้รับการฝึกอบรมดีแล้ว ย่อมจะสามารถควบคุมให้อยู่ในอารมณ์เดียวได้ง่าย เมื่อใจตั้งมั่นอยู่ในอารมณ์เดียวย่อมจะมีพลังในทางสติปัญญาได้มาก เสมือนหนึ่งเราใช้กระจกรวมแสงอาทิตย์ให้มารวมอยู่ในจุดเดียว ย่อมให้ความร้อนสูงและแสงสว่างมากกว่าที่กระจายอยู่โดยทั่วไป การพิจารณาปัญหาใด ๆ ย่อมสามารถกระทำได้สุขุม ลุ่มลึก ถึงแก่นและโดยเที่ยงธรรมกว่าในขณะที่จิตกำลังฟุ้งซ่าน หรือมีกิเลสเคลือบคลุมจิตใจอยู่ สมาธิจึงมีประโยชน์มากสำหรับนักบริหาร ให้สามารถวินิจฉัยปัญหา หรือกระทำการวินิจฉัยสั่งการใด ๆ ไปอย่างถูกต้อง สมเหตุสมผลยิ่งขึ้น สำหรับนักเรียน นิสิต นักศึกษา ก็จะศึกษาเล่าเรียนดีขึ้น

ส่วนทางธรรมนั้น สัมมาสมาธิ เป็นสิ่งจำเป็นยิ่งสำหรับผู้เจริญภาวนาธรรม เพื่อหวังมรรคผล นิพพาน จะขาดเสียมิได้เลย เพราะเป็นองค์หนึ่งในอริยมรรคมีองค์แปด

การเจริญสมาธินั้นมีหลายวิธีด้วยกัน และการเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกายนั้น ประกอบด้วยปัจจัยหลายอย่างที่นำไปสู่สัมมาสมาธิดังกล่าว กล่าวแต่เพียงย่อ ๆ ในเบื้องต้น คือการให้กำหนดบริกรรมภาวนาว่า "สัมมาอะระหัง ๆ ๆ ๆ" นั้น หมายถึงพระพุทธคุณของพระพุทธเจ้า ผู้ไกลจากข้าศึกคือกิเลสและผู้ตรัสรู้แล้วเองโดยชอบ ผู้หักกำแห่งสังสารจักรได้ ผู้ไม่ปกปิดการกระทำบาป จึงนับเป็น**พุทธานุสติ** และที่ให้กำหนดบริกรรมนิมิต เป็นเครื่องหมายดวงกลมใส อันเป็นกรรมวิธีเดียวกันกับ**อาโลกกสิณ** หรือการเพ่งแสงสว่าง เพื่อผูกใจให้อยู่ในอารมณ์เดียวได้ง่าย กับทั้งให้มีสติ ตั้งใจไว้ ณ ที่ศูนย์กลางกาย ซึ่งเป็นต้นทางลมหายใจเข้าออก อันนับเป็น **อานาปานสติ** อีกโสดหนึ่งด้วย จึงเหมาะกับผู้ปฏิบัติทุกจริตอัธยาศัย

เมื่อใจสามารถหยุดในหยุดเป็นอารมณ์เดียว ตั้งมั่นเป็นสมาธิดีและเข้าถึงธรรมกายแล้ว ก็จะสามารถเจริญฌานทั้งสี่ได้โดยสะดวก นอกจากนี้ การเจริญภาวนาธรรมตามแนวนี้ยัง

มีผลให้เกิด **อภิญญา** และ**วิชชา** ซึ่งเป็นอุปกรณ์ที่สำคัญในการดับ**อวิชชา** อันเป็นมูลรากฝ่ายเกิด **ก่อให้เกิดปัญญารู้แจ้งในสภาวธรรมตามความเป็นจริงจากการที่ได้ทั้งรู้และทั้งเห็น**

อนึ่ง การรวมใจให้หยุดในหยุด ณ ศูนย์กลางกายนั้น นับว่าเป็นผลดีอย่างมาก เพราะเป็นจุดแห่ง "ดุลย" ทั้งทางกายภาพและจิตใจ กล่าวคือ ในทางกายภาพ ศูนย์กลางของสรรพวัตถุทั้งหลายย่อมอยู่ในแนวเดียวกันกับแรงดึงดูดของโลก ที่เรียกว่า Center of Gravity ส่วนทางด้านจิตใจนั้น สำหรับผู้ที่เจริญภาวนาธรรมจนถึงธรรมกายแล้ว ก็จะสามารถทราบได้ด้วยตนเองว่า ศูนย์กลางกายนั้นเองคือที่ตั้งถาวรของใจ เวลาจะเกิด จะดับ จะหลับ จะตื่น นั้น ดวงธรรมจะลอยมาสู่ศูนย์กลางนี้ก่อนอื่นทีเดียว และ**ศูนย์กลางกายนี้อยู่ในแนวเดียวกันกับอายตนภพสาม อายตนนิพพาน และอายตนโลกันต์ จึงนับเป็นศูนย์ที่สำคัญที่สุด มีพลังและอำนาจมากที่สุด ช่วยให้รู้เห็นได้แม่นยำและกว้างขวางไม่มีประมาณ ซึ่งผู้ปฏิบัติจะได้ทราบด้วยตนเอง หากฝึกอย่างสม่ำเสมอ นี้คือเคล็ดลับในการเจริญภาวนาธรรมอย่างสัมฤทธิ์ผล**

สมาธิมีคุณค่าอย่างสูงทั้งทางโลกและทางธรรมดังกล่าวนี้ พระพุทธองค์จึงได้ทรงประทานพระพุทโธวาทไว้ว่า **สมาธึ ภิกฺขเว ภาเวถ สมาหิโต ยถาภูตํ ปชานาติ** แปลเป็นใจความว่า **"ภิกษุทั้งหลาย ท่านทั้งหลายจงยังสมาธิให้เกิด ชนผู้มีจิตเป็นสมาธิแล้ว ย่อมรู้ตามจริง"**

ด้วยเหตุนี้จึงกล่าวได้ว่า การเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกาย ช่วยให้ผู้ปฏิบัติสามารถประกอบกิจการงานได้ผลดีทั้งในทางโลกและทางธรรม และวิธีปฏิบัติก็ไม่ยากเกินกำลังความสามารถสติปัญญาของบุคคลโดยทั่วไป **ขอแต่ให้ดำเนินให้ถูกวิธี และมีอิทธิบาท** คือ ฉันทะ วิริยะ จิตตะ และวิมังสา ก็จะได้รับผลโดยทั่วกันมากน้อยตามระดับคุณธรรมที่ปฏิบัติได้ ผู้ที่ปฏิบัติได้แม้เพียงเศษของธรรมกาย ก็จะยังรู้สึกว่าได้รับผลทั้งทางโลกและทางธรรมคุ้มค่า ขอแต่ให้ตั้งใจจริงก็แล้วกัน มีข้อคิดอยู่ว่า **"ของจริงย่อมอยู่กับคนจริงเสมอ"** เพราะฉะนั้นขอท่านทั้งหลายอย่าได้ลังเลสงสัยเลย

ตอนที่ ๔ อุปกิเลสของสมาธิ ๑๑ ประการ

การเจริญภาวนาธรรมนั้นมีเงื่อนไขหลายอย่าง ที่ผู้ปฏิบัติพึงจะต้องทราบ และคอยสอดส่องพิจารณาให้การปฏิบัติเป็นไปโดยถูกถ้วนสมบูรณ์และตรงประเด็น พร้อมด้วยพิจารณาในเหตุและสังเกตในผลของการปฏิบัติว่าให้ผลในทางที่เป็นคุณหรือเป็นโทษด้วย

พระพุทธองค์เคยทรงมีพระดำรัสกับเหล่าพระภิกษุเกี่ยวกับอุปกิเลสของสมาธิ ปรากฏอยู่ใน **อุปกิเลสสูตร ในสุญญตวัคค์ อุปริปัณณาสก์ มัชฌิมนิกาย หน้า ๓๐๒ ข้อ ๔๕๒** มีใจความว่า

สมัยหนึ่ง พระผู้มีพระภาคเสด็จประทับอยู่ที่ป่าชื่อว่า "ปาจีนวังสะทายวัน" แขวงเมืองโกสัมพี ณ ที่นั้นภิกษุ ๓ รูป คือ พระอนุรุทธะ พระภัททิยะ และพระกิมพิละ ได้ทูลพระพุทธองค์ว่า ข้าพระองค์ทั้งสามพยายามกำหนดเห็นแสงสว่าง แล้วเห็นรูปทั้งหลาย แต่แสงสว่างและรูปนั้นเห็นอยู่ไม่นานก็หายไป ข้าพระองค์ทั้งสามไม่ทราบว่าเป็นเพราะเหตุไร พระพุทธเจ้าจึงได้ตรัสกับภิกษุเหล่านั้นว่า

อนุรุทธะ ทั้งหลาย (พระพุทธองค์ได้ตรัสแก่พระภิกษุทั้งสามองค์ แต่ได้ทรงเรียก "อนุรุทธะ" เป็นองค์แรก ในบาลีจึงใช้ "อนุรุทธา") แม้เราเองครั้งก่อนแต่ตรัสรู้ ยังไม่ได้ตรัสรู้ยังเป็นโพธิสัตว์อยู่ กำหนดเห็นแสงสว่างได้ และเห็นรูปทั้งหลาย แต่ไม่นานเท่าไร แสงสว่างและการเห็นรูปนั้นก็หายไป เราเกิดความสงสัยว่าอะไรหนอเป็นเหตุ เป็นปัจจัย ให้แสงสว่างและการเห็นรูปนั้นหายไป เราก็คิดได้ว่า อุปกิเลสเหล่านี้เป็นเหตุ เป็นปัจจัย ให้แสงสว่างและการเห็นรูปนั้นหายไป อุปกิเลสเหล่านี้ คือ

๑. วิจิกิจฉา ความลังเลหรือความสงสัย
๒. อมนสิการ ความไม่ใส่ใจไว้ให้ดี
๓. ถีนมิทธะ ความท้อและความเคลิบเคลิ้มง่วงนอน
๔. ฉัมภิตัตตะ ความสะดุ้งหวาดกลัว
๕. อุพพิละ ความตื่นเต้นด้วยความยินดี
๖. ทุฏฐลละ ความไม่สงบกาย
๗. อัจจารัทธวิริยะ ความเพียรจัดเกินไป
๘. อติลีนวิริยะ ความเพียรหย่อนเกินไป
๙. อภิชัปปา ความอยากที่จะเห็นนิมิตจนเกินไป
๑๐. นานัตตะสัญญา ความฟุ้งซ่าน นึกไปในสิ่งต่าง ๆ หรือเรื่องราวต่าง ๆ ที่เคยผ่านมาหรือเคยจดจำไว้ มาผุดขึ้นในขณะทำสมาธิ

๑๑. รูปานัง อตินิชฌายิตัตตะ ความเพ่งต่อรูปหรือนิมิตจนเกินไป

อนุรุทธะทั้งหลาย เมื่ออุปกิเลสเหล่านี้แม้อย่างใดอย่างหนึ่งเกิดขึ้นแก่เราแล้ว สมาธิของเราก็เคลื่อนไป เพราะอุปกิเลสเหล่านี้เป็นต้นเหตุ เมื่อสมาธิเคลื่อนแล้ว แสงสว่างและการเห็นรูปก็หายไป ฉะนั้นเราพยายามสอดส่องดูว่า วิธีใดจะทำให้อุปกิเลสเหล่านี้เกิดขึ้นไม่ได้ เราก็ทำใจไว้โดยวิธีนั้น

อนุรุทธะทั้งหลาย เรารู้ชัดว่า วิจิกิจฉา เป็นต้น เหล่านี้เป็นอุปกิเลสของจิต จึงได้ละเสีย

นอกจากนี้พระพุทธองค์ยังได้ตรัสกับพระภิกษุเหล่านั้นอีกด้วยว่า

อนุรุทธะทั้งหลาย เราคิดได้ว่า ขณะใดสมาธิของเราน้อย ขณะนั้นจักษุก็มีน้อย ด้วยจักษุอันน้อยนั้นเราจึงเห็นแสงสว่างน้อย เห็นรูปก็น้อย ขณะใดสมาธิของเรามาก ขณะนั้นจักษุก็มีมาก ด้วยจักษุอันมากนั้น เราจึงเห็นแสงสว่างมาก เห็นรูปก็มาก เป็นดังนี้ตลอดทั้งคืนบ้าง ตลอดวันบ้าง ตลอดทั้งคืนและทั้งวันบ้าง

ยังมีปรากฏในพระสูตรที่ ๑๑ ในอังคุตตรนิกาย อัฏฐกนิบาต หน้า ๓๑๑ ข้อ ๑๖๑ อีกด้วยว่า ในสมัยที่พระผู้มีพระภาคได้เสด็จประทับอยู่ที่ตำบล "คยาสีสะ" ใกล้แม่น้ำ "คยา" ณ ที่นั้นพระผู้มีพระภาคได้ตรัสเล่าเรื่องที่พระองค์ได้ทรงรู้เรื่องเทวดา ด้วยการเห็นแสงสว่างภายใน ในสมัยที่พระองค์ยังมิได้ตรัสรู้ และยังเป็นพระโพธิสัตว์อยู่ ให้พระภิกษุทั้งหลายฟังว่า

ภิกษุทั้งหลาย ความคิดได้เกิดขึ้นแก่เราว่า ถ้าเราจะพึงกำหนดเห็นแสงสว่างด้วย เห็นรูปทั้งหลายด้วย ได้เจรจาไต่ถามกับเทวดาเหล่านั้นด้วย และรู้ด้วยว่าเทวดาเหล่านี้มาจากเทพนิกายนั้น ๆ... จุติจากที่นี้แล้ว ไปอุบัติในที่นั้นด้วยวิบากของกรรมนั้น ๆ รู้ว่าเทวดาเหล่านี้มีอาหารอย่างนี้ เสวยทุกข์และสุขอย่างนี้... รู้ว่าเทวดาเหล่านี้มีอายุยืนเท่านี้ดำรงอยู่นานเท่านี้... รู้ว่า เราเคยอยู่ร่วมกับเทวดาเหล่านี้หรือไม่ ดังนี้แล้ว ข้อนั้นจักเป็น ญาณทัศนะที่บริสุทธิ์ยิ่งขึ้นของเรา (ฉะนั้น) สมัยต่อมา เราเป็นผู้ไม่ประมาทมีความเพียร ส่งจิตไปอยู่ก็รู้ได้ตลอดถึงเรื่องราวเหล่านี้

ภิกษุทั้งหลาย ตราบใดที่ญาณทัศนะ อันรอบรู้ในเรื่องเทวดาซึ่งมีปริวัฏแปดอย่างนี้ของเรา ยังไม่บริสุทธิ์ดีแล้ว ตราบนั้น เราก็ไม่ยืนยันตนว่าเป็นผู้ตรัสรู้อนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณในโลกนี้ ในเทวโลก ในมารโลกและพรหมโลก ในหมู่สมณพราหมณ์ เทวดาและมนุษย์

และญาณทัศนะ ได้เกิดขึ้นแก่เราด้วยว่า ความหลุดพ้นแห่งจิตของเรา ไม่กำเริบ ชาตินี้เป็นชาติสุดท้าย ต่อไปนี้ภพใหม่เป็นไม่มีอีก

กล่าวโดยสรุป พระพุทธองค์ได้ทรงปรารภถึงความไม่ประมาท และมีความเพียรเจริญภาวนาธรรม โดยการกำหนดทั้งแสงสว่างและรูป ในลักษณะ "อาโลกกสิณ" เพื่อให้เกิดญาณทัศนะ และสามารถรู้เห็นเรื่องราวของเทวดามาตั้งแต่ที่พระองค์ยังมิได้ตรัสรู้ ยังเป็นพระ

โพธิสัตว์อยู่ และได้ทรงทราบถึงอุปกิเลสของสมาธิ พระพุทธองค์จึงได้ตรัสตอบแก่พระอนุรุทธะ พระภัททิยะ และพระกิมพิละ ที่ได้ทูลถามพระพุทธองค์ ในขณะที่ได้เสด็จประทับอยู่ ณ เมืองโกสัมพีดังกล่าว

ตอนที่ ๕ อุปกิเลสของสมาธิ ประการที่ ๑
วิจิกิจฉา – ความลังเลสงสัย

ต่อไปนี้ จะกล่าวถึงการพิจารณาให้รู้เท่าทันในอุปกิเลสทั้งหลาย เพื่อแก้ไขวิธีปฏิบัติ เพื่อให้การเจริญภาวนาธรรมได้ผลดียิ่งขึ้นต่อไป

อุปกิเลสของสมาธิประการแรกคือ **ความลังเลสงสัย** หรือที่เรียกว่า **วิจิกิจฉา** ความลังเลสงสัยนั้นส่วนใหญ่มักจะเกี่ยวด้วยปัญหาที่ว่า การปฏิบัติธรรมนี้จะผิดหรือถูกทาง จะให้ผลเป็นคุณหรือเป็นโทษ และสำหรับผู้ที่เพิ่งเริ่มลงมือปฏิบัติใหม่ ๆ ก็มักจะสงสัยว่า สิ่งที่รู้เห็นนั้นเป็นนิมิตจริงหรือนิมิตหลอก เหล่านี้เป็นต้น ซึ่งล้วนแต่เป็นเหตุให้จิตใจฟุ้งซ่าน ไม่เป็นอันสงบหรือหยุดอยู่ในอารมณ์เดียวได้แนบสนิท ทำให้การเจริญภาวนาธรรมก็ไม่ได้รับผลดีเท่าที่ควร ในการปฏิบัติธรรมตามแนวทางพระพุทธศาสนานี้ ใคร่จะให้ข้อสังเกตไว้พิจารณาว่า

เรื่องจริง แต่ไม่เชื่อว่าจริงเสียเลยตั้งแต่แรก โดยที่ยังมิได้ไตร่ตรองหรือทดลองปฏิบัติดูให้รู้ผล ตามวิธีการที่ถูกต้องเสียก่อนนั้น ย่อมทำให้ขาดศรัทธาและความสนใจที่จะเรียนรู้และฝึกปฏิบัติอย่างจริงจัง ย่อมทำให้เสียประโยชน์อันควรมีควรได้หรือควรรู้ไป

ทีนี้เรื่องไม่จริง ด่วนรีบเชื่อว่าจริง เพราะหลงงมงายหรือมิได้พินิจพิจารณาให้รอบคอบเสียก่อน ก็ย่อมจะเป็นอันตรายต่อการปฏิบัติทั้งในทางโลกและทางธรรมเป็นอย่างมาก เป็นทางให้หลงผิดเป็นชอบได้ง่ายอีกเหมือนกัน

จึงมีปัญหาว่า **จะทำอย่างไรจึงจะเหมาะสมที่สุด**

การวางใจเป็นกลาง ๆ ไว้เท่านั้นเป็นดีที่สุด คือ ไม่จำเป็นที่จะต้องปักใจเชื่อหรือไม่เชื่อว่าธรรมนี้จะจริงหรือไม่จริง และก็ไม่จำเป็นที่จะต้องไปวิตกวิจารอะไรทั้งสิ้น เพราะเรายังเข้าไม่ถึงและยังมิได้ปฏิบัติดูให้รู้ผลเสียก่อน **แต่ข้อที่ควรใส่ใจที่สุดก็คือ จะต้องมีใจรักหรือความสนใจที่จะศึกษาและทดลองปฏิบัติดูให้เห็นผลประการหนึ่ง ประกอบด้วยความเพียร พยายามทำความเข้าใจและฝึกปฏิบัติไม่ทอดทิ้ง** ประการหนึ่ง **มีใจจดจ่ออยู่กับเรื่องที่ศึกษาและฝึกปฏิบัติ** ประการหนึ่ง **และประกอบด้วยความพินิจพิจารณาเหตุและสังเกตผลจากการปฏิบัติ** ตามแนวที่คุณครูอาจารย์ได้ฝึกฝนอบรม ว่าตนเองได้ปฏิบัติตามแนวนั้นครบถูกถ้วน สมบูรณ์หรือไม่ ให้ผลเป็นคุณหรือโทษ อีกประการหนึ่ง ซึ่งเรียกว่ามีอิทธิบาท ๔ ทีนี้ เมื่อปฏิบัติได้ผลหรือเห็นผลสมจริงตามแนวทางนั้น ๆ แล้ว ความศรัทธาเชื่อมั่นก็จะค่อย ๆ เกิดขึ้นเอง เป็นกำลังใจให้เกิดความเพียรที่จะเรียนรู้ยิ่ง ๆ ขึ้นไปอีก พร้อมด้วยความเจริญทางด้านสมาธิ ปัญญา และสติ ซึ่งเรียกว่าอินทรีย์ ๕ และพละ ๕ ก็จะค่อย ๆ แก่กล้าขึ้นไปเอง

นอกจากนี้ ยังมีข้อสังเกตอีกว่า **ธรรม ที่จริงและบริสุทธิ์นั้นเป็นของสูง แล้วก็คมมากเสียด้วย มีคุณค่าในทางกำจัดกิเลส ตัณหา อุปาทาน และทุกข์ของสรรพสัตว์ทั้งหลายที่สามารถรู้จักใช้ให้เป็นประโยชน์เพื่อความหลุดพ้นจากความทุกข์ หรือเพื่อมรรค ผล นิพพาน และเป็นเรื่องอันวิญญูชนพึงรู้เฉพาะตน** ดังพระบาลีที่ว่า ปจฺจตฺตํ เวทิตพฺโพ วิญฺญูหิ จึงไม่ควรที่ผู้ยังมิได้เรียนรู้หรือผู้ที่ยังมีปัญญาอันหยั่งยังไม่ถึง จะวิพากษ์วิจารณ์ว่าดีหรือเลว แนวนั้นผิดหรือแนวนี้ถูกในเชิงตำหนิติเตียน เพราะหากกระทำไปด้วยความรู้เท่าไม่ถึงการ ก็อาจจะมีผลดุจเดียวกับเด็กทารกลูบใบมีดอันคมกริบเล่น ย่อมเป็นโทษแก่ตนเองโดยไม่รู้สึกตัว อย่างน้อยก็จะทำให้ตนเข้าถึงธรรมข้อนั้นได้ยาก และเสียประโยชน์ที่ควรมีควรได้ไปนานทีเดียว

เพราะฉะนั้น จึงไม่ควรคิดมากให้จิตใจฟุ้งซ่านไปเปล่า ๆ วางใจเป็นกลาง ๆ เข้าไว้ และในขณะปฏิบัติก็คอยพิจารณาเหตุ สังเกตผลจากการปฏิบัติดู ก็จะเห็นทางสายกลาง

และอีกประการหนึ่ง ก็อย่าใจร้อน อยากจะเห็นผลในทันที เหมือนอย่างโทรทัศน์ เปิดปุ๊บติดปั๊บนั้นย่อมไม่ได้ ต้องให้โอกาสแก่ตนเองบ้างตามสมควร อุปมาดั่งการปลูกต้นไม้ จะต้องรอเวลาให้เจริญเติบโต และผู้ปลูกก็จะต้องหมั่นดูแลรักษา ทำนุบำรุง เมื่อถึงเวลาก็จะผลิดอกออกผลเอง การปฏิบัติธรรมก็เช่นเดียวกัน บางรายก็อาจจะเห็นผลเร็ว บางรายก็อาจจะเห็นผลช้าเพราะมีปัจจัยหลายอย่างที่ช่วยให้ผู้ปฏิบัติธรรมบรรลุผลเร็วหรือช้าต่างกัน

อนึ่ง **การเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกายนี้ มีลักษณะเป็นแบบที่ใช้เจโตสมาธิเป็นบาท คือ สมาธิที่ประดับด้วยอภิญญาหรือวิชชาสาม** ถ้าบรรลุมรรค ผล นิพพาน โดยวิธีนี้ก็เรียกว่าหลุดพ้นโดยทาง **เจโตวิมุตติ** ในระหว่างที่ปฏิบัติแต่ยังไม่ถึงขั้นบรรลุมรรค ผล ก็ยังจะได้ความสามารถในทางสมาธิ ยังประโยชน์ทั้งทางโลกและทางธรรม ให้เกิดแก่ผู้ปฏิบัติเป็นอันมากดังที่ได้เคยกล่าวมาบ้างแล้วในคราวต้น ๆ นอกจากนี้ **ผู้ประสงค์จะเจริญวิปัสสนาแบบไตรลักษณ์ก็สามารถจะเจริญได้โดยสะดวก** เพราะการเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกายนี้มีสติปัฏฐาน ๔ อยู่ในตัวพร้อมเสร็จ สามารถจะยกเอากายานุปัสสนา เวทนานุปัสสนา จิตตานุปัสสนา และธัมมานุปัสสนาทั้ง ณ ภายในและภายนอกขึ้นพิจารณาได้เสมอ เป็นทางให้บรรลุมรรคผลทางปัญญาเป็นผลพลอยได้อีกด้วย จึงมิต้องวิตกกังวลว่าการเจริญภาวนาธรรมตามแนวนี้จะเป็นแต่ขั้นสมถะไม่มีวิปัสสนาแต่อย่างใด

ต่อปัญหาที่ว่า การเจริญสมถะหรือวิปัสสนากรรมฐานนี้จะให้ผลเป็นคุณหรือเป็นโทษนั้น ใคร่ขอเรียนว่า ไม่ว่าท่านจะปฏิบัติตามแนวใดก็ตาม ถ้าหากปฏิบัติถูกวิธี ก็ให้ผลเป็นคุณแต่ถ่ายเดียวและยืนยันได้ ดังที่ได้เคยยกตัวอย่างมาแล้วในคราวต้น ๆ ว่า การเจริญภาวนาธรรมโดยเฉพาะอย่างยิ่งตามแนว **วิชชาธรรมกายนี้ ยังช่วยส่งเสริมสุขภาพจิต** คือ สามารถช่วยป้องกันและระงับความฟุ้งซ่านของจิตได้เป็นอย่างดีอีกด้วย นอกจากนี้ **กรรมวิธีที่ให้รวมใจหยุดอยู่ที่ศูนย์กลางกายนั้น ยังช่วยให้การรู้เห็นเป็นไปโดยแม่นยำและกว้างขวาง** ดีกว่าการเอาใจไปจรด

หรือหยุดไว้ ณ ที่อื่นเพราะสามารถจะขยายการรู้เห็นออกไป ในรัศมีเท่าเทียมกันและในมิติเดิมทุกประการ จึงไม่มีการเห็นนิมิตหลอก หรือนิมิตแปลก ๆ ที่น่ากลัวเหมือนวิธีอื่นที่ส่งใจออกไปนอกตัว และประการที่สำคัญก็คือว่า **การพิจารณา หรือตรวจตรา เพื่อให้รู้เห็นสิ่งใด ๆ ณ ที่ศูนย์กลางกายนั้น ย่อมปลอดภัยกว่าการส่งใจไปนอกตัว** อุปมาดั่งการฉายภาพยนตร์ดูภายในบ้านของตัวเอง ย่อมไม่ต้องเสี่ยงภัยเหมือนกับการไปหาดูภาพยนตร์ตามโรงต่าง ๆ ภายนอกบ้าน

นี้คือจุดเด่นที่สำคัญยิ่งของวิชชาธรรมกาย ขอจงตระหนักเสมอไปว่า **การรวมใจให้หยุดอยู่ ณ ศูนย์กลางกายนั้น มีอานุภาพสูง**

เมื่อท่านเข้าใจดีแล้ว ก็อย่าได้กังวลใจ หรือลังเลสงสัย เพราะนั่นเป็นกิเลสของสมาธิ เมื่อวางใจให้เป็นกลางเสียได้ความลังเลสงสัยก็ไม่มี จิตใจก็อ่อนโยน สามารถสงบเป็นสมาธิได้ง่าย เป็นทางแห่งปัญญารู้แจ้งในสภาวธรรมตามความเป็นจริงต่อไป

ตอนที่ ๖ อุปกิเลสของสมาธิ (ต่อ)

เมื่อได้กล่าวถึงอุปกิเลสของสมาธิข้อแรก คือ **วิจิกิจฉา** หมายถึง **ความลังเลสงสัย** แล้วก็จะได้กล่าวถึงอุปกิเลสข้ออื่น ๆ ต่อไป รวมทั้งวิธีแก้ไขเพื่อกำจัดอุปกิเลสด้วย

อุปกิเลสข้อที่ ๒ คือ **อมนสิการ** ซึ่งหมายถึง **ความไม่ใส่ใจไว้ให้ดี** ว่าแนวทางปฏิบัติมีอย่างไร สำหรับผู้ที่เพิ่งเจริญภาวนาธรรมใหม่ ๆ จึงควรสังเกตและจดจำอารมณ์ในขณะที่ใจหยุดนิ่งถูกส่วนเพียงชั่วคราวเพื่อพยายามเข้าสู่อารมณ์นั้นอีกให้บ่อย ๆ และนาน ๆ เพื่อให้สมาธิแน่นแฟ้น และจิตมีพลังดี สามารถทรงฌานได้ดียิ่งขึ้น

อุปกิเลสข้อที่ ๓ **ถีนมิทธะ** คือ **ความท้อแท้ เซื่องซึม หรือง่วงนอน** นี้เป็นอุปสรรคอันสำคัญยิ่งต่อการเจริญภาวนาธรรม เพราะฉะนั้น ผู้ฝึกปฏิบัติจึงควรมีสติพิจารณาให้รู้เท่าทันในอารมณ์ อย่าให้ความง่วงเหงา ซึมเซา เข้าครอบงำได้

ในสมัยพุทธกาล ก็เคยมีปรากฏว่า เมื่อพระโมคคัลลาน์ได้บวชพร้อมกับพระสารีบุตรแล้ว พอวันที่ ๗ นับแต่บวชมา ก็ได้ไปบำเพ็ญเพียรเจริญภาวนาธรรม ณ ที่กัลลวามุตตคาม แขวงมคธ และปรากฏว่าพระโมคคัลลาน์ได้เกิดถีนมิทธะ คือความง่วง อย่างรุนแรงจนระงับใจไว้ไม่อยู่ถึงกับสัปหงกทีเดียว ครั้นพระพุทธเจ้าได้ทรงทราบ จึงได้เสด็จไปทรงแสดงธรรมถึงวิธีระงับความง่วง ๘ วิธีด้วยกัน คือ

(๑) จงพยายามจดจำสิ่งหนึ่งสิ่งใดให้มาก จะหายง่วง

(๒) ถ้ายังไม่หาย ควรนึกถึงบทเรียนที่ได้ร่ำเรียนมาให้มาก

(๓) ถ้ายังไม่หาย ให้ท่องบทเรียนที่ได้เรียนมาแล้วโดยพิสดารให้มาก

(๔) ถ้ายังไม่หาย ให้ยอนหูทั้งสอง และลูบตัวด้วยฝ่ามือ

(๕) ถ้ายังไม่หาย ให้ลุกขึ้นยืน เอาน้ำลูบหน้า และแหงนดูทิศ ดูดาว

(๖) ถ้ายังไม่หาย ให้นึกถึงแสงสว่างที่เจิดจ้าให้มาก ทำใจให้รู้สึกเหมือนกลางวัน

(๗) ถ้ยังไม่หาย ให้ลุกขึ้น แล้วเดินจงกรม (คือเดินไปเดินมา)

(๘) ถ้ายังไม่หาย (ก็มีทางเดียว) ก็ให้นอนด้วยความมีสติ

พระโมคคัลลาน์ซึ่งได้สำเร็จโสดาเป็นพื้นฐานทางจิตใจอยู่แล้ว แต่ครั้งที่ได้ฟังหัวข้อธรรมเพียงสั้น ๆ แต่กินใจลึกซึ้ง จากพระสารีบุตร ซึ่งได้รับฟังมาจากพระอัสสชิ อีกต่อหนึ่ง ก่อนที่จะได้เฝ้าพระพุทธเจ้าและบวช เมื่อมาได้ฟังพระพุทธเจ้าตรัสเทศนากล่อมเกลาจิตใจโดยพิสดารในคราวนี้อีก ก็ได้สำเร็จพระอรหันต์ในคืนนั้นเอง

เพราะฉะนั้น ผู้เจริญภาวนาธรรมทั้งหลายก็ดี นักเรียนนิสิตนักศึกษา หรือผู้ปฏิบัติงานทั้งหลายก็ดี หากจะได้มีสติรู้เท่าทันในอุปกิเลสของสมาธิ โดยเฉพาะความง่วงหรือถีนมิทธะนี้

แล้วจดจำเอาวิธีระงับความง่วงที่พระพุทธองค์ได้ทรงสอนไว้ไปใช้ ก็จะได้ผลในการปฏิบัติธรรม การศึกษาเล่าเรียน และกิจการงานเป็นอันมาก

โดยเฉพาะอย่างยิ่งในการเจริญภาวนาธรรมตามแนววิชชาธรรมกาย หากผู้ปฏิบัติจะได้กำหนดบริกรรมนิมิตเป็นดวงแก้วกลมใสหรือพระพุทธรูปแก้วใส และนึกให้นิมิตนั้นสว่างด้วยพร้อมด้วยบริกรรมภาวนาว่า "สัมมาอะระหัง" ประคองนิมิตนั้นไว้ ณ ที่ศูนย์กลางกายแล้วก็จะเป็นเครื่องบรรเทา หรือระงับความง่วงได้มาก และช่วยให้การเจริญภาวนาธรรมก้าวหน้าเร็วขึ้น

ต่อไปเป็นอุปกิเลสข้อที่ ๔ **ฉัมภิตัตตะ** คือ **ความสะดุ้งหวาดกลัว** บางครั้งในขณะที่เจริญภาวนาอยู่ ผู้ปฏิบัติอาจจะรู้สึกหวาดกลัวขึ้นมาเอง โดยไม่ทราบสาเหตุที่แน่ชัด ทำให้สมาธิเคลื่อนได้เหมือนกัน จึงควรมีสติไตร่ตรองหาสาเหตุว่าเรากลัวอะไร เมื่อไม่เห็นมีสาเหตุที่แท้จริงอะไรเกิดขึ้น ความสะดุ้งหวาดกลัวทั้งหลายก็จะหายไปเอง

อนึ่ง **ไม่ว่าผู้เจริญภาวนาจะเห็นภาพนิมิตใด ถ้ามิใช่เห็น ณ ที่ศูนย์กลางกายแล้วก็ให้พยายามเหลือบตากลับขึ้นข้างบน เพื่อให้ความเห็นกลับไปข้างหลัง แล้วก็ให้ความเห็นนั้นกลับเข้าข้างใน พร้อมกับรวมใจให้หยุดนิ่งอยู่ ณ ที่ศูนย์กลางกาย ฐานที่ ๗ ไว้เสมอ มีที่หมายเป็นจุดเล็กใสเท่าปลายเข็ม พยายามแตะใจเบา ๆ ไปที่นั่น กลางของกลาง ๆ ๆ ๆ ไว้เรื่อย ไม่ช้านิมิตที่เคยเห็นอยู่ที่อื่นนั้นก็จะมาปรากฏขึ้นที่ศูนย์กลางกายเอง** ถ้าเห็นนิมิตเกิดขึ้นที่ศูนย์กลางกายแล้ว ก็น้อมใจหยุดในหยุดลงไปที่ศูนย์กลางนิมิตนั้นอีก กลางของกลาง ๆ ๆ ๆ ไปเรื่อย ไม่ถอยหลังกลับ **ถ้าท่านดำเนินไปอย่างนี้แล้ว ก็จะไม่มีนิมิตลวงมาปรากฏให้เห็นแต่อย่างใด จึงไม่ต้องวิตกกังวล สะดุ้งหวาดกลัวสิ่งใด ๆ ทั้งสิ้น และโดยวิธีเข้ากลางของกลาง ๆ ๆ อย่างนี้ ผู้เจริญภาวนาธรรมหรือสมาธิกลับจะได้เห็นกายในกาย ธรรมในธรรม ที่ละเอียด ประณีต ใสสะอาดบริสุทธิ์ เย็นตาเย็นใจดีเสียอีก และก็จะได้พบกับความสุขชนิดที่เรียกว่า "สุขอื่น ยิ่งกว่าความสงบคือใจหยุดใจนิ่ง ไม่มี"**

อุปกิเลสข้อที่ ๕ **อุพพิละ** คือ **ความตื่นเต้นด้วยความยินดี** มักจะเกิดขึ้นสำหรับผู้ปฏิบัติใหม่ ๆ ที่เพิ่งจะเคยได้เห็นนิมิตที่ใสสะอาด บริสุทธิ์และมีรัศมีสว่างมาก ๆ ก็เกิดความปีติยินดีอย่างล้นพ้น ทำให้สมาธิเคลื่อนไปได้อีกเหมือนกัน ภาพนิมิตที่เห็นก็จะจางหายไป ฉะนั้นจึงควรมีสติรู้เท่าทันอุปกิเลสในข้อนี้ด้วย กล่าวคือ เมื่อเห็นภาพนิมิตเกิดขึ้น ก็ควรจะพิจารณาว่านั่นเป็นสิ่งธรรมดา และพึงระงับใจที่ตื่นเต้นนั้นเสีย วางใจนิ่ง ๆ ไปที่ศูนย์กลางกายซึ่งอยู่ในตำแหน่งเดียวกันกับศูนย์กลางนิมิตนั่นแหละ ไม่ช้าภาพนิมิตที่เห็นก็จะค่อย ๆ ชัดขึ้น ๆ มาเอง แล้วก็ให้น้อมใจเข้ากลางของกลาง ๆ ๆ ไปเรื่อยดังที่ได้เคยกล่าวมาแล้ว

อุปกิเลสข้อที่ ๖ **ทุฏฐุลละ** ความไม่สงบกาย หากกายไม่สงบใจก็หยุดยาก ประการแรกผู้ปฏิบัติธรรมจึงต้องละเว้นการกระทำด้วย **กายทุจริต** ได้แก่การเบียดเบียนหรือการฆ่าสัตว์ตัดชีวิต การลักฉ้อ และการประพฤติผิดในกามโดยเด็ดขาด พร้อมด้วยละเว้นจาก **มโนทุจริต**

คิดมิชอบ และ **วจีทุจริต** ได้แก่การพูดเท็จ พูดส่อเสียด ยุให้รำตำให้รั่ว พูดคำหยาบ และพูดเพ้อเจ้อเหลวไหล ไร้สาระเสียอีกด้วย และประการที่สำคัญที่สุดสำหรับผู้ที่เพิ่งจะเริ่มเจริญภาวนาใหม่ ๆ ควรจะต้องวางภารกิจทางกายหมดทั้งสิ้นไว้ก่อนชั่วคราวในขณะเจริญภาวนาธรรม เพื่อให้ใจพร้อมที่จะสามารถหยุดสงบเป็นสมาธิได้ง่ายเสียก่อน แล้วจึงค่อยลงมือปฏิบัติธรรม เมื่อรู้แนวทางดีพอสมควรแล้ว จึงค่อยฝึกฝนให้เกิดความชำนาญในทุกอิริยาบถ คือ ในขณะเดิน ยืน นั่ง และนอน ตามควรแก่กรณี แต่ก็ไม่ควรกระทำในขณะที่กายกำลังปฏิบัติงานอันเป็นการเสี่ยงต่ออันตราย เช่น ในขณะที่กำลังขับรถหรืออยู่ในที่สูง ที่อาจจะพลาดพลั้งได้ง่าย เพราะนอกจากใจไม่สามารถที่จะเป็นสมาธิได้แล้ว ยังอาจเกิดอันตรายได้อีกด้วย

อุปกิเลสข้อที่ ๗ **อัจจารัทธวิริยะ ความเพียรจัดเกินไป** ย่อมทำให้ร่างกายไม่สงบ เพราะเกิดความปวดเมื่อยหรืออ่อนเพลียจนเกินไป จิตใจก็จะพลอยไม่สงบไปด้วย และยิ่งรู้สึกว่าจะเป็นสมาธิไม่ได้ ก็ยิ่งทำให้จิตใจหงุดหงิด ฟุ้งซ่าน หรือท้อแท้ หดหู่ใจหนักขึ้น ใจก็ยิ่งถอนจากสมาธิ เพราะฉะนั้น จึงควรให้ร่างกายได้รับการพักผ่อนที่เพียงพอ เหมาะที่จะสามารถเป็นสมาธิได้เสียก่อน

อุปกิเลสข้อที่ ๘ **อติลีนวิริยะ ความเพียรหย่อนเกินไป** ย่อมเกิดความเกียจคร้าน ขาดความอดทน จิตใจก็หดหู่ ไม่กระปรี้กระเปร่า การปฏิบัติธรรมก็ไม่ได้ผลหรือเจริญก้าวหน้าเท่าที่ควร ฉะนั้น สำหรับผู้ที่เพิ่งจะเริ่มปฏิบัติธรรมใหม่ ๆ จึงควรฝืนกายและใจ ให้อดทนในการเจริญภาวนาให้มากขึ้นทีละน้อย ๆ ให้ได้ระดับที่พอเหมาะที่ควรจะพึงปฏิบัติได้ แต่ก็ไม่ควรจะเร่งหักโหมร่างกายของตนเองจนเกินพอดีไป

ตอนที่ ๗ อุปกิเลสของสมาธิ (ต่อ)

อุปกิเลสข้อที่ ๙ **อภิชัปปา ความอยากที่จะเห็นนิมิตจนเกินไป** ก็เป็นเหตุให้ใจเคลื่อนจากสมาธิไปได้อีก เพราะความอยากที่จะเห็นนิมิตจนเกินไปนั้น ทำให้จิตใจกระวนกระวาย ไม่สามารถจะหยุดได้ถูกส่วน เพราะฉะนั้น ท่านผู้ฝึกปฏิบัติใหม่ ๆ ควรจะหัดวางใจเป็นกลาง ๆ เข้าไว้ ในขณะปฏิบัติก็เพียงแต่กำหนดบริกรรมนิมิตกับบริกรรมภาวนาไว้ มิให้คลาดจากกัน สามารถกำหนดได้เท่าใดก็เอาเท่านั้น เห็นก็ช่าง ไม่เห็นก็ช่าง เมื่อถึงเวลาก็ได้เห็นเอง ขอแต่ให้มีใจรักที่จะฝึกปฏิบัติ ประกอบด้วยความเพียรไม่ย่อท้อ เอาใจจดใจจ่อในธรรมอยู่เนืองนิจ ไม่ทอดทิ้งหรือวางธุระเสีย และให้คอยมีสติพิจารณาแก้ไขวิธีการปฏิบัติให้ถูกทาง พร้อมด้วยหมั่นดูที่เหตุและสังเกตผลอยู่เสมอ

อุปกิเลสข้อที่ ๑๐ **นานัตตะสัญญา ความคิดฟุ้งซ่าน** นึกไปในสิ่งต่าง ๆ หรือเรื่องราวต่าง ๆ ย่อมเป็นเหตุให้ใจไม่สามารถจะรวมหยุดหยุดอยู่ในอารมณ์เดียวได้ จึงต้องคอยมีสติรู้อยู่เสมอ หากปรากฏว่าจิตใจฟุ้งซ่านออกไปนอกตัวแล้วก็พยายามน้อมใจให้กลับมายังศูนย์กลางกายตามเดิม โดยวิธีเหลือบตากลับขึ้นข้างบน ให้ความเห็นกลับไปข้างหลัง แล้วก็ให้ความเห็นนั้นกลับเข้าข้างใน พร้อมด้วยกำหนดบริกรรมนิมิตเป็นดวงแก้วกลมใสหรือพระพุทธรูปแก้วใสเกตุดอกบัวตูม ขึ้นที่ศูนย์กลางกาย ฐานที่ ๗ และบริกรรมภาวนาว่า "สัมมาอะระหัง ๆ" ประคองนิมิตนั้นต่อไปอีก ร้อยครั้ง พันครั้ง จนใจค่อย ๆ เชื่องเข้า และค่อย ๆ หยุดอยู่ในอารมณ์เดียวมากเข้า ก็จะเห็นนิมิตชัดขึ้นและใสขึ้น จึงค่อยหยุดบริกรรมภาวนา และให้แตะใจเบา ๆ ลงไปที่ศูนย์กลางนิมิตนั้น พอใจหยุดถูกส่วนเข้า นิมิตเดิมก็จะว่างหายไป และปรากฏเป็นดวงใสแจ่มบังเกิดขึ้นมาแทนที่ ที่ศูนย์กลางกายหรือองค์พระพุทธรูปแก้วนั้น เป็นการเห็นด้วยใจ เมื่อเห็นเช่นนั้นแล้ว ก็น้อมใจหยุดในหยุดลงไปที่ศูนย์กลางดวงใสสว่างนั้นอีก พอถูกส่วนเข้าดวงเก่าก็จะว่างหายไป และปรากฏดวงใหม่แต่ใสละเอียดยิ่งกว่าเก่าบังเกิดขึ้นมาแทนที่อีก ก็ให้ดำเนินไปในแบบเดิมอีก ก็จะเห็นดวงใสละเอียดหนักเข้า เมื่อดวงใสละเอียดนั้นว่างหายไป ก็จะปรากฏเห็นกายมนุษย์ละเอียดหรือพระพุทธรูปใสดุจแก้วประกายพรึกผุดขึ้นมาจากศูนย์กลางนั้น ให้รวมใจหยุดในหยุดลงไปที่ศูนย์กลางกายใหม่นั้นอีก ก็จะเห็นดวงธรรมต่อ ๆ ไปอีก แล้วให้ดำเนินไปในแบบเดิม คือเข้ากลางของกลาง ๆ ๆ ๆ ก็จะเห็นทั้งดวงธรรมและกายที่ใสละเอียด และมีขนาดโตยิ่งขึ้น

อุปกิเลสข้อที่ ๑๑ **รูปานัง อตินิชฌายิตัตตะ ความเพ่งต่อรูปหรือนิมิตแรงจนเกินไป** ก็ทำให้สมาธิเคลื่อนไปได้ และทำให้แสงสว่างหรือภาพนิมิตนั้นหายไปได้ เพราะใจนั้นมีสภาพที่

เบามาก กวัดแกว่งและฟุ้งซ่านได้ง่าย แต่รักษาให้หยุดได้ยาก ยิ่งถูกบังคับก็ยิ่งไม่ยอมหยุด เหมือนกับเรากดลูกปิงปองให้จมน้ำ ถ้ากดแรงนักก็จะดิ้นหลุดออกไป จึงต้องพยายามกดเบา ๆ และเลี้ยงให้ได้ศูนย์ได้ส่วนพอดี ๆ จึงจะจมลงได้โดยง่าย เพราะฉะนั้น **ในขณะกำหนดบริกรรมนิมิตอยู่ก็ดี หรือเพิ่งจะเริ่มเห็นนิมิตบังเกิดขึ้นก็ดี ให้กำหนดใจหรือรวมใจหยุดอยู่ในศูนย์กลางนิมิตนั้นแต่เพียงแผ่ว ๆ เบา ๆ มิใช่เพ่งเอา ๆ จะให้เห็นชัด ๆ ให้ได้** สมาธิก็จะเคลื่อนนิมิตหรือแสงสว่างนั้นก็จะหายไป เลยมืดตื้อ ไม่ได้เห็นอะไรเลย เพราะฉะนั้น จึงต้องระวังอย่าเพ่งนิมิตแรงเกินไป

ทั้งหมดนี้ก็เป็นเรื่องอุปกิเลสของสมาธิ ซึ่งพระผู้มีพระภาคได้เคยตรัสกับพระอนุรุทธะ พระภัททิยะ และพระกิมพิละ ในระหว่างที่เสด็จประทับอยู่ที่ป่า "ปาจีนวังสะทายวัน" แขวงเมืองโกสัมพี

เมื่อสมาธิเจริญขึ้นดีแล้ว สำหรับผู้ประสงค์จะบำเพ็ญภาวนาธรรมเพื่อความหลุดพ้นตามแบบปัญญาวิมุตติ ในขณะที่สมาธิเจริญขึ้นเป็นขั้น ๆ นั้น ก็ยกเอาวิปัสสนาขึ้นพิจารณา เพื่อให้เกิดปัญญารู้แจ้งแทงตลอดในพระไตรลักษณ์ หรือสามัญญลักษณะแห่งธรรมทั้งหลายที่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่งว่า เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และลงท้ายก็เสื่อมสลายเปลี่ยนสภาพไปหมด ไม่มีตัวตนแต่อย่างใด จิตใจก็เบื่อหน่ายคลายถอนจากการยึดมั่นในขันธ์ ได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ วิมุตติหลุดพ้นจากอาสวกิเลส ตัณหา อุปาทาน อันเป็นเหตุแห่งทุกข์ แล้วบรรลุมรรค ผล นิพพาน ต่อไป

แต่สำหรับผู้ประสงค์จะเจริญสมาธิขั้นสูงต่อไปอีก เพื่อความหลุดพ้นด้วยเจโตวิมุตติ ก็เจริญสมาธิต่อ ๆ ไปทั้งรูปฌานและอรูปฌาน รวมเป็นสมาบัติ ๘ คือรูปฌาน ๔ และอรูปฌาน ๔ พร้อมด้วยเจริญวิชชาควบคู่กันไปด้วย มากน้อยตามระดับธรรมที่ปฏิบัติได้ และในขณะเดียวกันหากผู้ปฏิบัติจะยกวิปัสสนาขึ้นพิจารณาสภาวธรรม เช่นเดียวกันกับผู้เจริญภาวนาธรรมตามแบบปัญญาวิมุตติ เพื่อให้เกิดปัญญารู้แจ้ง จนบรรลุมรรคผลนิพพานอีกด้วยก็ได้ เพราะผู้มีสมาธิดีแล้วย่อมเจริญภาวนาให้เกิดปัญญาได้ง่าย ดังบาลีพระพุทธภาษิตที่ว่า

นตฺถิ ฌานํ อปญฺญสฺส นตฺถิ ปญฺญา อฌายิโน แปลความว่า **ฌานย่อมไม่มีแก่ผู้ไม่มีปัญญา และปัญญาย่อมไม่มีแก่ผู้ไม่มีฌาน**

ยมฺหิ ฌานญฺจ ปญฺญาจ สเว นิพฺพานสนฺติเก แปลความว่า **ฌานและปัญญามีในผู้ใด ผู้นั้นปฏิบัติใกล้นิพพาน**

ตอนที่ ๘ คุณค่าของการเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกาย ช่วยให้เจริญปัญญาจากการที่ได้ทั้งรู้และทั้งเห็นความจริงตามสภาพที่เป็นจริง

การเจริญภาวนาธรรมตามแนวนี้ เมื่อผู้ปฏิบัติถึงธรรมกายแล้ว ย่อมสามารถ **เจริญปัญญาจากการที่ได้ทั้งรู้และทั้งเห็นความจริงตามสภาพที่เป็นจริง**

เพื่อให้เข้าใจได้ง่ายยิ่งขึ้น จะขอยกตัวอย่างจากประสบการณ์ของผู้เจริญภาวนาตามแนวนี้ที่พอจะเชื่อถือได้ ตัวอย่างที่จะนำมาเล่านี้เป็นตัวอย่างจากประสบการณ์จริงของผู้ปฏิบัติตามแนวนี้ แต่ท่านไม่ประสงค์จะให้ออกนาม จึงต้องขอตั้งกติกาไว้สักนิดว่า ท่านไม่จำเป็นที่จะต้องปักใจเชื่อหรือไม่เชื่อในตัวอย่างเหล่านี้ เพียงแต่ทำใจให้เป็นกลาง ๆ ไว้ และเพียรพยายามฝึกปฏิบัติต่อไปเรื่อย ๆ จนบรรลุถึงธรรมกาย ก็จะสามารถรู้เห็นได้ด้วยตนเอง

ผู้ปฏิบัติธรรมท่านหนึ่ง ที่ขอใช้นามสมมติว่า "ลุงจอน" ได้เล่าถึงประสบการณ์ที่ได้เกิดขึ้นแก่ท่านว่า เมื่อตอนเย็นของวันที่ ๒๔ กันยายน ๒๕๑๘ ท่านได้รับโทรเลขจากญาติของท่านว่า "คุณแม่ป่วยหนักให้ไปด่วน" ทั้ง ๆ ที่ลุงจอนได้ผ่านการเจริญภาวนาธรรมมานานพอสมควร แต่ก็อดที่จะรู้สึกใจหายวาบชั่วระยะเวลาหนึ่งไม่ได้ เพราะตั้งแต่ลุงจอนเกิดมาก็เพิ่งเคยได้รับโทรเลขทำนองนี้มาก่อนครั้งนี้เพียงหนเดียวเท่านั้น ว่า "คุณพ่อป่วยหนัก ให้กลับด่วน" พอลุงจอนเดินทางไปถึง ก็ปรากฏว่าคุณพ่อของลุงจอนได้สิ้นชีวิตไปเสียแล้ว เพราะฉะนั้น ในคราวนี้จึงไม่ต้องสงสัยว่าลุงจอนจะกระเทือนใจเพียงใด

เมื่อระงับใจพิจารณาสังขารธรรมพอให้หายใจคล่องสักหน่อยแล้ว ลุงจอนก็รับประทานอาหารและอาบน้ำอาบท่าเสร็จแต่หัวค่ำ แล้วก็ชวนบุตรสาวคนเล็กอายุประมาณ ๑๗ ขวบ ซึ่งดูจะว่างจากธุรกิจส่วนตัวมากกว่าเพื่อน ให้ไปร่วมเจริญภาวนาด้วยกัน เพื่ออุทิศส่วนกุศลให้มารดา ไม่ว่าท่านจะยังคงมีชีวิตอยู่หรือหาไม่แล้วก็ตาม และอีกประการหนึ่ง ก็ประสงค์จะตรวจดูว่ามารดาจะเป็นตายร้ายดีอย่างไรอีกด้วย

เมื่อสองพ่อลูกเจริญภาวนาธรรมจนใจสงัดจากนิวรณ์ธรรมทั้งหลายแล้ว ก็อธิษฐานน้อมเอาสภาวะของมารดาตามที่เป็นอยู่จริงในปัจจุบันเข้ามาพิจารณาดู ณ ที่ศูนย์กลางกาย ต่างก็เห็นตรงกันว่า มารดาของลุงจอนกำลังป่วยเพียบหนักอยู่ และกำลังได้รับการฉีดยาและให้น้ำเกลือจากนายแพทย์ และมีญาติอีกคนหนึ่งกำลังพยายามป้อนอาหารเหลว ๆ ให้ด้วย และเห็นว่าท่านมีเรี่ยวแรงเหลืออยู่น้อยเต็มที

เพื่อให้แน่ใจยิ่งขึ้นต่อไปอีก ลุงจอนกับบุตรสาวก็ได้พิจารณาอริยสัจจ์ของมนุษย์ คือ มารดาของลุงจอนนั่นแหละ ตามแนววิชชาธรรมกาย โดยอาศัยญาณของพระธรรมกายพิจารณาดูทุกข์สัจจะเสียก่อน ได้แก่ ดวงธรรมที่ทำให้เกิด แก่ เจ็บ และตาย ตามลำดับ ก็ปรากฏว่า **ดวงตาย** ซึ่งมีลักษณะสีดำสนิทประดุจนิลของมารดาลุงจอน ที่ซ้อนอยู่ในดวงเจ็บนั้น **ยังไม่มาจรดที่กำเนิดเดิม ให้หัวต่อของมนุษย์ขาดจากของทิพย์** ซึ่งหมายความว่า **มารดาลุงจอนยังคงมีชีวิตอยู่** แล้วลุงจอนกับบุตรสาวก็ได้พิจารณา **สมุทัย นิโรธ** และ **มรรคสัจจ์** ต่อไปตามลำดับ เสร็จแล้วก็ตั้งใจบูชาบุญกุศลที่เคยได้สร้างสมอบรมมาแต่อดีตจนปัจจุบัน แก่พระพุทธเจ้า พระธรรมเจ้า และพระสงฆ์เจ้า ทั้งในอดีต ปัจจุบัน และในอนาคตทุก ๆ พระองค์ รวมทั้งพระเดชพระคุณหลวงพ่อวัดปากน้ำฯ แล้วอุทิศส่วนกุศลดังกล่าวผ่านศูนย์กลางกายของตนเองไปยังมารดา เพื่อให้บุญเหล่านั้นช่วยหล่อเลี้ยงท่านให้บรรเทาจากอาการป่วย และมีกำลังดีขึ้น พร้อมด้วยแผ่เมตตาไปยังสรรพสัตว์ทั้งหลายไม่มีประมาณ

ต่อมาในวันรุ่งขึ้น ก่อนออกเดินทางไปเยี่ยมมารดาที่จังหวัดบุรีรัมย์ ลุงจอนก็ได้มีโอกาสสนทนากับพระคุณอาจารย์ทางโทรศัพท์ จึงเล่าเรื่องการป่วยของมารดาให้พระคุณอาจารย์ท่านฟัง ท่านก็ตอบว่า "ไม่เป็นไรหรอก อย่าได้วิตกกังวลไปเลย" ลุงจอนก็ใจชื้นขึ้น เพราะได้รับการยืนยันจากญาณทัศนะของผู้ปฏิบัติธรรมถึงสามฝ่าย

ครั้นเดินทางไปถึงที่มารดาป่วยอยู่ **ก็ปรากฏเหตุการณ์เป็นจริงตามที่เห็นในญาณทัศนะนั้นทุกประการ** จากตัวอย่างประสบการณ์ของการเจริญภาวนาธรรมตามแนววิชชาธรรมกายนี้ จึงช่วยให้ลุงจอนและบุตรสาวได้เกิดปัญญาจากการที่ได้ทั้งรู้และทั้งเห็นความจริงตามสภาพที่เป็นจริง ๒ ประการ คือ

๑. การรู้เห็นเหตุการณ์ที่เกี่ยวกับการป่วยของมารดาว่ายังมีชีวิตอยู่ และเหตุการณ์แวดล้อมอื่น ๆ ตามที่เป็นอยู่จริงในขณะนั้น ก็นับเป็นการรู้เห็นความจริงโดยสมมติ หรือที่เรียกว่า **สมมติสัจจะ** เพราะสังขารทั้งหลายที่เห็นเหล่านั้น ล้วนแต่เป็นของไม่เที่ยง เป็นทุกข์ และลงท้ายก็จะต้องแตกสลายไป หามีตัวตนที่แท้จริงไม่

๒. การพิจารณาอริยสัจจ์ เมื่อได้กระทำบ่อย ๆ เนือง ๆ ทบไปทวนมามาก ๆ เข้าก็จะเกิดปัญญารู้แจ้ง ด้วยญาณสามกลุ่ม คือ

มีปัญญารู้แจ้งว่า การเกิด แก่ เจ็บ ตาย นี้ไม่เที่ยง ไม่แน่นอน จึงเป็น **ทุกข์** รู้ว่า **สมุทัย** เป็นเหตุให้เกิดทุกข์จริง **นิโรธ** สามารถดับทุกข์ได้จริง และ **มรรค** เป็นทางให้หลุดพ้นจากทุกข์ได้จริง เรียกว่า **สัจจญาณ** นี้กลุ่มหนึ่ง

มีปัญญารู้แจ้งว่า การเกิด แก่ เจ็บ ตาย นี้เป็น**ทุกข์**จริง และเป็นสิ่งอันควรรู้ **สมุทัย** เป็นสิ่งอันควรละ **นิโรธ** เป็นสิ่งที่ควรทำให้แจ้ง และรู้ว่า **มรรค** เป็นสิ่งที่ควรเจริญ เรียกว่า **กิจจญาณ** นี้อีกกลุ่มหนึ่ง กับ

มีปัญญารู้แจ้งว่า ได้รู้**ทุกข์**ชัดแจ้งแล้ว ละ**สมุทัย** ได้ขาดแล้ว สามารถทำ **นิโรธ** ให้แจ้งได้แล้ว และ **มรรค** ได้ทำให้เจริญแล้ว เรียกว่า **กตญาณ** นี้อีกกลุ่มหนึ่ง

ญาณทั้งสามกลุ่มนี้ คือ **สัจจญาณ กิจจญาณ** และ **กตญาณ** หรือ **อริจสัจจ์ ๑๒** นี้ จะเห็นแจ้งหรือกำหนดรู้ได้ ก็แต่โดยทางเจโตสมาธิหรือในวิชชาธรรมกายนี้เท่านั้น ในพระไตรปิฎกมีระบุไว้อย่างชัดแจ้ง ในธรรมจักกัปปวัตตนสูตร ปฐมเทศนา พระวินัยปิฎกข้อ ๑๕ และ ๑๖ ว่าเป็นญาณทัศนะมีรอบ ๓ มีอาการ ๑๒

ปัญญารู้แจ้งในสัจจธรรมดังกล่าว เป็นสัจจะขั้นสูงสุด เป็นทางทำนิพพานให้แจ้ง จึงนับเป็น **ปรมัตถ์สัจจะ** ด้วย

ตอนที่ ๙ คุณค่าของการเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกาย ช่วยให้เจริญปัญญาจากการที่ได้ทั้งรู้และทั้งเห็นความจริงตามสภาพที่เป็นจริง (ต่อ)

มีตัวอย่างเพิ่มอีกตัวอย่างหนึ่งในบทนี้ เพื่อให้ท่านเห็นแนวทางของการเจริญปัญญาจากการที่ได้ทั้งรู้ทั้งเห็น อันเป็นทางให้บรรเทาหรือกำจัดอาสวะ กิเลส ตัณหา อุปาทาน ซึ่งเป็นเหตุแห่งทุกข์ ซึ่งก็เป็นได้ตัวอย่างจากประสบการณ์ของลุงจอนอีกนั่นแหละ ด้วยว่าประสบการณ์ของลุงจอนนั้นพอจะเชื่อถือได้ ในฐานะที่ลุงจอนมีบุตรสาวซึ่งถึงธรรมกายและร่วมเจริญภาวนาธรรมด้วยกันกับลุงจอนเสมอ ๆ ลุงจอนก็ได้อาศัยการตรวจสอบญาณทัศนะกับบุตรสาวเพื่อให้แน่ใจอีกด้วย

แต่อย่างไรก็ตาม เรื่องเช่นนี้ไม่จำเป็นที่จะต้องปักใจเชื่อหรือไม่เชื่อ เพียงแต่วางใจให้เป็นกลาง ๆ ไว้ แล้วเพียรฝึกปฏิบัติธรรมนี้ต่อไป ก็จะทราบด้วยตนเอง

เมื่อวันที่ ๑๗ มิถุนายน พ.ศ. ๒๕๑๘ ลุงจอนได้รดน้ำศพญาติคนหนึ่งที่วัดสะพานสูงหรือวัดธรรมาภิรตาราม บางซื่อ ผู้ตายเป็นชาวจีน อายุประมาณ ๖๐ ปีเศษ เมื่อว่างจากการสนทนากับญาติมิตรแล้ว ลุงจอนก็หลับตาเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกาย เพื่อตรวจดูว่าผู้ตายจะไปเกิดในภูมิใด จะได้อุทิศส่วนกุศลให้ ก็ปรากฏเห็นว่า ผู้ตายได้ไปเกิดในทุคติภูมิ คือ "นรก" เพราะในขณะที่ยังมีชีวิตอยู่ ผู้นี้ได้ติดยาเสพติด คือ ยาฝิ่น จนกระทั่งป่วยหนักและสิ้นชีวิตลง จึงมาเสวยวิบากกรรมในภูมินี้ เมื่อลุงจอนเห็นเช่นนั้นก็ได้ทดลองอาราธนาพระธรรมกายให้ศีลแก่ผู้นี้ดู เผื่อจะได้อนุโมทนารับศีล จะได้เป็นบุญหล่อเลี้ยงให้พ้นทุกข์บ้าง แต่ปรากฏว่ากายละเอียดของผู้ตายซึ่งกำลังเสวยวิบากกรรมอยู่ในนรกนั้น ไม่ได้แสดงอาการรับรู้ใด ๆ เลย ทั้งนี้เพราะในระหว่างที่ยังมีชีวิตอยู่ ผู้นี้ไม่เคยรู้เรื่องการบริจาคทาน สมาทานศีลหรือเจริญภาวนาธรรมเลย แม้แต่พระ จะได้เคยไหว้บ้างหรือเปล่าก็ไม่แน่ จึงไม่มีอุปนิสัยในทางบุญกุศลติดตัวไปในสัมปรายภพ คือภพหน้านี้เลย

ต่อมาวันเสาร์ที่ ๒๑ ของเดือนเดียวกัน ลุงจอนก็ร่วมเจริญภาวนาธรรมกับบุตรสาวและแม่บ้านอย่างเคย เมื่อจิตสงัดจากนิวรณ์แล้ว ก็ได้สั่งให้บุตรสาวใช้ญาณพระธรรมกายตรวจดูญาติผู้ตายดังกล่าว ว่าจะไปเกิดอยู่ในภูมิใด เพียงแต่แจ้งชื่อและอายุของผู้ตายให้ทราบเท่านั้น มิได้เล่าประวัติให้ฟัง และสั่งมิให้ตอบในขณะที่อยู่ในกรรมฐาน เมื่อเสร็จจากการเจริญภาวนาแล้วทุกคนก็แยกย้ายกันไปทำธุระหน้าที่ส่วนตัว ลุงจอนจึงไปสอบถามเรื่องที่ให้ตรวจดู ก็ได้ความ**ตรงกัน**ว่า ผู้ตายกำลังเสวยวิบากอยู่ในนรก

นี่แหละครับท่านผู้ฟังที่เคารพ การเจริญภาวนาธรรมตามแนววิชชาธรรมกาย ช่วยให้ผู้ปฏิบัติสามารถเจริญปัญญาจากการที่ได้ทั้งรู้และทั้งเห็นอย่างนี้ จึงช่วยให้ศรัทธาเชื่อมั่นในคุณพระพุทธ คุณพระธรรม และคุณพระสงฆ์ยิ่งขึ้น ใครจะว่านรก สวรรค์ นิพพาน มีหรือไม่มีก็ไม่หวั่นไหว แล้วก็จะไม่ขอโต้เถียงให้เสียเวลาอีกด้วย

เมื่อได้รู้เห็นอย่างนี้แล้ว ก็ต้องมีศีลสังวรยิ่งขึ้น เพราะรู้แน่อยู่แก่ใจว่า หากทุศีลโดยเฉพาะอย่างยิ่งศีล ๕ ซึ่งเป็นพื้นฐานแห่งความดีของมนุษย์ ก็แปลว่าไม่พลาดจากทุคติภูมิทั้งในขณะที่ยังมีชีวิตอยู่และล่วงลับไปแล้ว เว้นแต่ว่าได้รู้สึกตัว แล้วกลับตัวกลับใจประพฤติดีประพฤติชอบใหม่อีก จนผลบุญนำหน้าบาป ก็พอจะแคล้วคลาดไปได้

ผู้ประพฤติผิดศีล เป็นต้นว่า ฆ่าสัตว์ตัดชีวิตก็ดี ลักฉ้อปล้นสะดมก็ดี ประพฤติผิดในกามคือล่วงประเวณีก็ดี มุสาหรือเสพยาเสพติดให้โทษ เครื่องดองของมึนเมาทั้งหลายก็ดี ในขณะที่หลงมัวเมาประพฤติอยู่ ก็ดูเหมือนว่าเพลิดเพลินดี แต่ก็เป็นความสุขที่ระคนด้วยทุกข์ที่จะตามมาทั้งในชาตินี้และชาติหน้าอย่างไม่ต้องสงสัย และไม่มีข้อยกเว้นหรืออุทธรณ์ฎีกาใด ๆ แก่ผู้ใดทั้งสิ้น โดยเฉพาะอย่างยิ่งเวรสุราหรือยาเสพติดนั้น นอกจากจะทำลายธาตุธรรมส่วนหยาบ คือกายกับใจให้เสื่อมสมรรถภาพลงแล้ว ยังทำลายกายละเอียดให้เสื่อมสมรรถภาพอีกด้วย เมื่อกายละเอียดนี้กลับไปเกิดเป็นมนุษย์ใหม่อีก ก็จะมีความเสื่อมสมรรถภาพนี้ติดไปด้วย ทำให้กลายเป็นคนปัญญาอ่อน ปัญญาทึบหรือเสื่อมทราม ตามขนาดของยาเสพติดหรือเครื่องดองของเมาเหล่านั้น ด้วยเหตุนี้ พระพุทธองค์จึงทรงกล่าวเตือนพระภิกษุทั้งหลายเรื่องการรักษาศีลและล่วงละเมิดศีล ดังมีปรากฏในพระไตรปิฎกเล่มที่ ๒๓ หน้า ๑๓๑–๑๓๕ ข้อ ๖๙ ว่า

"ภิกษุทั้งหลาย เพราะว่าการที่เขาจะต้องตายหรือได้รับทุกข์เจียนตาย เนื่องจากเหตุที่เขาถูกบุรุษมีกำลังแข็งแรง แทงเอาที่หว่างอกด้วยหอกอันคมกล้าทาน้ำมันทำให้ลื่น หาได้เป็นเหตุให้เขาต้องเกิดในอบาย ทุคติ วินิบาต นรก ภายหลังแต่ความตายเพราะการทำลายแห่งกายไม่ ส่วนการที่เขาเป็นคนทุศีล มีความเป็นอยู่ลามก ไม่สะอาด ไม่ใช่สมณะ ก็ปฏิญญาว่าเป็นสมณะ ไม่ใช่คนประพฤติพรหมจรรย์ก็ปฏิญญาว่า ประพฤติพรหมจรรย์ เป็นคนเน่าใน เปียกแฉะ มีสัญชาติหมักหมมเหมือนบ่อที่เทขยะมูลฝอย แล้วยัง (มีความคิดที่จะ) รับการไหว้ของพวกกษัตริย์มหาศาล หรือพราหมณ์มหาศาล หรือคฤหบดีมหาศาลนั้น... (มีความคิดที่จะ) นุ่งห่มจีวร... บริโภคก้อนข้าว... ใช้สอยเตียงตั่ง... บริโภค (อาศัย) ในวิหาร ที่พวกกษัตริย์มหาศาล หรือพราหมณ์มหาศาล หรือคฤหบดีมหาศาล ถวายด้วยศรัทธานั้น ย่อมเป็นไปด้วยความทุกข์ ไม่เกื้อกูลแก่เขาตลอดกาลนาน ภายหลังแต่ความตาย เพราะการทำลายแห่งกาย ย่อมเข้าถึงอบาย ทุคติ วินิบาต นรก"

เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมได้รู้เห็นบาป บุญ คุณ โทษ โดยชัดแจ้งแล้ว ย่อมมีทางและสามารถจะละชั่วด้วยกาย วาจา และใจได้มากขึ้น เพียรพยายามปฏิบัติดีปฏิบัติชอบมากยิ่งขึ้น และชำระ

จิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์อยู่เสมอ ยิ่งขึ้นตามลำดับ ทางชั่วเห็นจะไม่กล้าไป ถ้าลองได้เห็นชัด ๆ ดังที่ได้ยกตัวอย่างมาข้างต้น ความมีมิจฉาทิฏฐิ เห็นผิดเป็นชอบ ไม่เชื่อในเรื่องผลบุญและวิบากกรรมก็ย่อมสูญสิ้นไป และจะมีความเข้าใจแจ้งชัดในหลัก "ใครทำดี ย่อมได้รับผลดี ใครทำชั่วย่อมได้รับผลชั่ว" ยิ่งขึ้น ตามบาลีพระพุทธภาษิตที่ว่า **สุทฺธิ อสุทฺธิ ปจฺจตฺตํ นาญฺโญ อญฺญํ วิโสธเย** แปลความว่า **"ความบริสุทธิ์ ความไม่บริสุทธิ์ เป็นสิ่งเฉพาะคน ผู้หนึ่งจะยังความบริสุทธิ์ให้อีกผู้หนึ่งมิได้** และว่า **ยาทิสํ วปฺปเต พีชํ ตาทิสํ ลภเต ผลํ กลฺยาณการี กลฺยาณํ ปาปการี จ ปาปกํ** แปลความว่า **"หว่านพืชชนิดใด ย่อมได้ผลชนิดนั้น ผู้ทำกรรมดี ย่อมได้ผลดี ผู้ทำกรรมชั่ว ย่อมได้ผลชั่ว"** ดังนี้

ด้วยเหตุนี้ ขอเชิญชวนท่านผู้ที่ยังไม่ปฏิบัติให้เข้ามาปฏิบัติ ส่วนผู้ที่ปฏิบัติอยู่แล้วก็ขอให้เพียรฝึกปฏิบัติต่อไปไม่ย่อท้อ และขอให้เจริญยิ่ง ๆ ขึ้นไป โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ควรจะได้ชักนำกุลบุตร กุลธิดา ไม่ว่าเล็กหรือใหญ่ให้มาร่วมฝึกปฏิบัติด้วย เพื่อประโยชน์สุข และความปราศจากทุกข์ของสรรพสัตว์ทั้งหลายที่ยังหลงทางผิดอยู่ เพราะมนุษย์เรานี้ แม้จะมีความรู้และสติปัญญาปราดเปรื่องทางโลกสักเพียงใด ถ้าไม่พยายามศึกษาให้ถูกทาง เพื่อให้รู้แจ้งเห็นจริงในทุกข์และเหตุของทุกข์ว่ามีประการใดบ้าง เขาก็ย่อมจะไม่สามารถที่จะเข้าใจลักษณะของทุกข์และเหตุแห่งทุกข์ได้แจ้งชัด **เมื่อไม่ศึกษาและฝึกปฏิบัติให้เห็นผลจริงและเกิดปัญญาอย่างแท้จริงก็ไม่สามารถจะแก้ปัญหาชีวิตของตนให้พ้นทุกข์จริง ๆ ได้ เพราะความไม่รู้จักตัวทุกข์จริง ๆ และเหตุที่แท้จริงของทุกข์ ไม่รู้ความดับทุกข์ และหนทางดับทุกข์** เป็นต้น

การเจริญภาวนาธรรมตามแนวนี้ จึงสามารถช่วยกำจัดความมืดหรือ **อวิชชา** ที่ปิดบังปัญญาได้อย่างมีประสิทธิภาพ เพราะช่วยให้ได้ทั้งรู้ ทั้งเห็น ดังที่ได้กล่าวมาแล้ว จึงควรที่สาธุชนจะเจริญให้มาก และ **ประการที่สำคัญก็คือ เป็นทางช่วยป้องกันและแก้ปัญหาเด็กวัยรุ่นและปัญหาอาชญากรรมได้อีกทางหนึ่งด้วย**

ตอนที่ ๑๐ คุณค่าของการเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกายช่วยส่งเสริมสุขภาพกาย

เพื่อให้เข้าใจถึงคุณค่าของการปฏิบัติธรรมตามแนวนี้ว่า **ช่วยส่งเสริมสุขภาพกายด้วย** จึงขอทบทวนไปถึงคำสอนของวิปัสสนาจารย์ที่กล่าวไว้ว่า

ณ ที่ศูนย์กลางกาย ฐานที่ ๗ นั้นมีดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ หรือเรียกอีกอย่างหนึ่งว่า ดวงปฐมมรรค ซึ่งเป็นที่ประชุม "ธาตุธรรมละเอียด" จากกำเนิดเดิม และภายในดวงธรรมนี้จึงมีธาตุละเอียด มีลักษณะเป็นดวงกลมใสดวงเล็ก ๆ ซึ่งเรียกว่าศูนย์รวมทั้งหมด ๕ ศูนย์ หรือ ๕ ดวง คือ ศูนย์กลาง หน้า ขวา หลัง ซ้าย ศูนย์กลางคืออากาศธาตุ หน้า ธาตุน้ำ ขวา ธาตุดิน หลัง ธาตุไฟ และซ้าย ธาตุลม ตรงกลางอากาศธาตุ คือ วิญญาณธาตุ

ธาตุละเอียดจากกำเนิดเดิมนี้เองที่เป็นที่ตั้งของขันธ์ ๕ ส่วนละเอียด ได้แก่ รูป เวทนา สัญญา สังขาร และวิญญาณ ซึ่งสามารถจะเห็นได้ด้วยญาณธรรมกายว่า เป็นดวงกลมใสเล็ก ๆ ซ้อนกันอยู่เป็นชั้น ๆ และขยายส่วนหยาบออกมาเป็น ดวงเห็น จำ คิด และรู้ และเจริญเติบโตขึ้นมาเป็น กาย ดวงใจ ดวงจิต และดวงวิญญาณ

ธาตุส่วนละเอียดจากกำเนิดเดิมนี้เองที่ทำหน้าที่ควบคุมธาตุส่วนหยาบที่ประกอบกันขึ้นเป็นกาย อันมีของเหลว ของหยาบ–แข็ง อุณหภูมิ อากาศและช่องว่างทั้งหลาย ให้อยู่ในสภาวะอันพอเหมาะ แต่ถ้ามีเหตุสิ่งหนึ่งสิ่งใดมาทำให้ธาตุละเอียดเหล่านี้วิปริต แปรปรวนก็ทำให้ไม่สามารถจะควบคุมธาตุส่วนหยาบได้อย่างมีประสิทธิภาพ ธาตุส่วนหยาบที่ประกอบกันขึ้นเป็นกายจึงได้รับความกระทบกระเทือนด้วยทำให้เกิดความเจ็บไข้ ไม่สบายกายขึ้น และถ้าเหตุที่มากระทบนั้นรุนแรงจนถึงขั้นไม่สามารถจะควบคุมธาตุส่วนหยาบให้ทรงอยู่ได้แล้วก็ต้องแตกสลายและเปลี่ยนสภาพกลับไปเป็นธาตุเดิมของมันต่อไป

สิ่งที่จะมากระทบธาตุละเอียด ก็มีทั้งฝ่ายพระหรือบุญกุศล ฝ่ายมารหรือบาปอกุศล และทั้งฝ่ายกลาง ๆ มากระทบแล้วไม่กระทบเปล่า ๆ แถมยังกระจายไปยังธาตุธรรมส่วนกลาง คือ เห็น จำ คิด รู้ และส่วนหยาบ คือ กาย ดวงใจ จิต และวิญญาณอีกด้วย อุปมาดั่งสีย้อมผ้าที่เอิบ อาบ ซึม ซาบ ปน เป็น สวม ซ้อน ร้อยไส้ ในเนื้อผ้าที่ถูกย้อม หรือเสมือนหนึ่งกองทัพที่เข้ายึดพื้นที่ได้ แล้วก็กระจายกำลังกันออกปกครอง แผ่ลูกเต็มบ้านหลานเต็มเมืองฉะนั้น

ทีนี้จึงมีปัญหาว่า ธาตุธรรมส่วนละเอียดนี้ ถูกปกครองโดยฝ่ายใด ฝ่ายนั้นก็จะให้ผลดลจิตดลใจและกาย วาจา ให้เป็นไปตามอำนาจของตน นี่แปลว่า **ธาตุธรรมส่วนหยาบนี้เป็นแต่เพียงหุ่นให้ฝ่ายบุญ หรือฝ่ายบาป หรือฝ่ายกลาง ๆ เชิดไปวันหนึ่ง ๆ เท่านั้นเองแหละครับ**

เฉพาะ **ฝ่ายบุญกุศลหรือฝ่ายพระ** กล่าวโดยลำดับชั้น ได้แก่ การบริจาคทาน การสมาทานศีล และการเจริญภาวนา, ศีล สมาธิ ปัญญา, อธิศีล อธิจิต อธิปัญญา, ปฐมมรรค มรรคจิต มรรคปัญญา, โคตรภู พระโสดา พระสกิทาคามี พระอนาคามี และพระอรหัต ถึงตรัสรู้เป็นพระพุทธเจ้า **ส่วนฝ่ายบาปอกุศลหรือฝ่ายมาร** นั้นหมายถึงฝ่ายที่ขัดขวางหรือกีดกั้นบุญกุศล ๕ เหล่า ได้แก่ **กิเลสมาร** ทั้งสามตระกูล คือ โลภะ โทสะ และโมหะ **ขันธมาร** ได้แก่ โรคภัยไข้เจ็บทั้งหลาย **มัจจุมาร** คือความตาย **อภิสังขารมาร** คือผลบุญและบาปที่ปรุงแต่งสัตว์ให้ดี–เลวประณีต กว่ากัน และ **เทพบุตรมาร** เป็นต้น อนึ่ง ใคร่จะขอทำความเข้าใจอีกสักนิด ที่ว่าผลบุญที่ปรุงแต่งสัตว์ที่นับเนื่องเข้าอยู่ในอภิสังขารมารนั้น หมายเฉพาะผลบุญที่ดึงหรือถ่วงมนุษย์ให้ติดอยู่กับโลก หรืออีกนัยหนึ่งคือผลบุญที่ให้ได้รับความสุขทางโลกแต่ไม่ช่วยให้พ้นทุกข์จริง ๆ ได้ เพราะยังจะเป็นเหตุให้วนเวียนอยู่ในไตรวัฏฏ์ คือ กิเลสวัฏฏ์ กรรมวัฏฏ์ และวิปากวัฏฏ์ เช่น ความงาม ยศฐาบรรศักดิ์ และรวมทั้งโลกียฌาน หรือโลกียทรัพย์อื่นทั้งหลายเป็นต้น

เมื่อพิจารณาให้ดีแล้วจะเห็นว่า **ธรรมทั้งหลายย่อมมีมาแต่เหตุ ไม่ว่าจะเป็นเหตุแต่ฝ่ายพระหรือฝ่ายมาร หรือจากฝ่ายกลาง ๆ ถ้าจะพิจารณาให้ลึกซึ้งลงไปอีกก็จะเห็นมีเหตุในเหตุต่อ ๆ ไปอีก และเหตุในเหตุก็ยังจะมีต้น ๆ เหตุ ต้น ๆ ในต้น ๆ ต่อ ๆ ไปอีก**

วิชชาธรรมกาย จะช่วยเปิดเผยให้เห็นความจริงเหล่านี้ได้เป็นอย่างดีทีเดียว เมื่อสามารถเข้าถึงต้น ๆ เหตุได้มากเพียงใด ก็ย่อมจะสามารถแก้ไขที่ต้น ๆ เหตุนั้นให้ร้ายกลับกลายเป็นดีได้มากเพียงนั้น กล่าวคือ ถ้าผู้เจริญภาวนาเข้าถึงฝ่ายพระ ด้วยศีล สมาธิ และปัญญา อันมีนัยอยู่ในอริยมรรคมีองค์ ๘ ประการ ได้มากเพียงใด ธาตุธรรมส่วนละเอียดก็จะถูกปกครองโดยฝ่ายพระ หรือฝ่ายบุญให้ใสสะอาดบริสุทธิ์ยิ่งขึ้นเพียงนั้น ก็จะเป็นผลให้เห็น จำ คิด รู้ สะอาดขึ้น และธาตุธรรมส่วนหยาบได้รับผลดีขึ้นด้วย และในขณะเดียวกันก็กำจัดความไม่บริสุทธิ์คือธาตุธรรมฝ่ายดำ หรือมารทั้งหลายให้หมดไปจากธาตุธรรมดังกล่าวโดยอัตโนมัติ

วิชชาธรรมกายช่วยให้เกิดปัญญาจากการที่ได้ทั้งรู้และทั้งเห็น และทั้งสามารถช่วยแก้สิ่งร้ายให้กลับกลายเป็นดีดังที่ได้กล่าวมานี้ จึงนับเป็นวิชชาที่คมกล้าอย่างยิ่ง ให้ผลแก่ผู้เข้าถึงอย่างคุ้มค่า และแม้ผู้ปฏิบัติที่ยังเข้าไม่ถึง หากประกอบด้วยความศรัทธา วิริยะ สติ สมาธิ และปัญญา เจริญให้มากแล้ว ก็จะได้รับผลในทางดีมากเช่นเดียวกัน เพราะการฝึกฝนทำใจให้หยุดอยู่ ณ ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ นั้น ถูกทางเข้าถึงพระโดยผ่านปฐมมรรค ศีล สมาธิ ปัญญา วิมุตติ และวิมุตติญาณทัศนะนั่นเอง จึงพลอยให้ได้รับผลจากฝ่ายพระ คือ ความบริสุทธิ์กาย วาจา และใจ เป็นการกำจัดธรรมฝ่ายบาป อกุศลหรือมาร เฉพาะอย่างยิ่งกิเลสมาร ที่คอยปิดกั้นทางบุญเพื่อความหลุดพ้นจากทุกข์ และ ขันธมาร ที่เบียดเบียนสุขภาพอนามัย อันเป็นเหตุให้ไม่สบายกายต่าง ๆ ก็พลอยถูกกำจัดไปด้วยอานุภาพของพระและต้น ๆ ของพระโดยอัตโนมัติ

พระเดชพระคุณหลวงพ่อจึงได้ย้ำนักหนาว่า ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ นี้น่ะสำคัญนัก ให้เอาใจไปจรดไว้ที่นั่นเสมอ ทุกอิริยาบถเมื่อมีโอกาส ไม่ว่าจะในขณะเดิน ยืน นั่ง หรือนอน หรือในขณะไหว้พระสวดมนต์ และอธิษฐานปรารถนาในสิ่งที่ดีที่ชอบทั้งหลาย เพราะที่ศูนย์กลางกายนี้มีอานุภาพยิ่งกว่าที่ใด ๆ ทั้งสิ้น การกระทำใจให้หยุดในหยุดลงที่นั่นจึงเป็นผลมาก พระเดชพระคุณหลวงพ่อได้เคยกล่าวเนื่องในโอกาสคล้ายวันเกิดของพระเดชพระคุณท่าน เมื่อวันที่ ๗ ตุลาคม พ.ศ. ๒๔๙๘ ซึ่งบันทึกไว้โดยคุณแฉล้ม อุศุภรัตน์ มีข้อความตอนหนึ่งว่า

"ดวงธรรมที่ทำให้เป็นพุทธรัตนะ ผู้เทศน์รู้จักเกือบ ๕๐ ปี (ตำราไม่มี) โดยการค้นคว้าทางปฏิบัติ ดีที่สุดคือพระพุทธเจ้า แต่อ่อน ชั่วที่สุดคือมาร แข็งกว่าพระพุทธเจ้า ...วัดปากน้ำฯ ช่วยเหลือแก้คนป่วยไข้ให้หาย ไม่ต้องกินยา มารมันยอมให้คนไข้หาย แต่มันไม่ยอมแพ้ มันแพ้หลอก ๆ ตามวิสัยของมาร"

ที่พระเดชพระคุณหลวงพ่อได้กล่าวเช่นนี้ ก็เพราะ **ถึงอย่างไรคนเราก็จะหนีความเกิด แก่ เจ็บ และตายไม่พ้น ตราบใดที่ยังอยู่ในความปกครองของฝ่ายมาร**

สมเด็จพระสังฆราชปุ่น ปุณฺณสิริ เมื่อสมัยที่ดำรงสมณศักดิ์เป็นสมเด็จพระวันรัต ก็ได้เคยนิพนธ์เรื่องเกี่ยวกับ **ชีวประวัติของพระมงคลเทพมุนี (หลวงพ่อวัดปากน้ำฯ) และอานุภาพธรรมกาย** ให้แก่วัดปากน้ำฯ มีข้อความตอนหนึ่งว่า

"...หลวงพ่อว่า เมื่อได้ธรรมกายแล้ว ย่อมทำประโยชน์ได้หลายอย่าง ถ้าจิตเป็นกุศล แม้โรคภัยไข้เจ็บก็ช่วยแก้ได้ ในเมื่อโรคนั้นยังไม่ถึงขั้น อเตกิจฉา (คือแก้ไขไม่ได้แล้ว)

การใช้ธรรมกายแก้โรค หลวงพ่อเคยพูดว่าแก้ได้จริง ถ้าได้ประกอบกันทั้งสองฝ่าย คือฝ่ายแก้และฝ่ายเจ้าทุกข์ มีความเชื่อมั่นคง กล่าวคือ ต้องเรียนพระกรรมฐานปฏิบัติธรรมด้วย เพื่อให้กระแสจิตเชื่อมถึงกัน ลักษณะนี้มีหวังมาก ที่ไม่ได้ผลก็เนื่องด้วยผู้เจ็บไม่พยายามทำพระกรรมฐาน ทางเชื่อมไม่ถึงกัน... ท่านพูดว่า ที่หายก็มีมาก ที่ไม่หายเพียงแต่บรรเทาเป็นครั้งคราวก็มี"

เรื่องการเจริญภาวนาธรรมช่วยส่งเสริมสุขภาพกายนี้ ขอท่านทั้งหลายจงเพียรฝึกปฏิบัติต่อไป ก็จะรู้ผลได้ด้วยตนเอง

ตอนที่ ๑๑ ระเบียบปฏิบัติในการรับไตรสรณคมน์และศีล

บัดนี้จะได้กล่าวถึงเรื่อง **การรักษาหรือสมาทานศีลว่ามีระเบียบปฏิบัติที่ควรรู้อย่างไรบ้าง มีอานิสงส์หรือคุณค่าอย่างไรบ้าง** โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ในด้าน**ช่วยส่งเสริมการเจริญภาวนาธรรม และช่วยส่งเสริมสันติสุขแก่ตัวผู้ปฏิบัติเอง แก่สังคมและประเทศชาติโดยส่วนรวม**

เนื่องจากศีลเป็นบาทของการเจริญภาวนาธรรม เป็นคุณธรรมเบื้องต้น เป็นรากฐานของความดี และเป็นประมุขแห่งกัลยาณธรรมทั้งปวง จึงจะได้บรรยายถึงระเบียบปฏิบัติตั้งแต่ **วิธีการกราบพระ รับไตรสรณคมน์** และ**การรับรักษาหรือสมาทานศีล ๕, ศีล ๘ และอุโบสถศีล** ของอุบาสกอุบาสิกาเสียก่อน แล้วจึงจะกล่าวถึง**อานิสงส์ของการรักษาศีล**ต่อไปในภายหลัง

โดยปกติ อุบาสก อุบาสิกา ซึ่งหมายถึง "ผู้นั่งใกล้พระรัตนตรัย กล่าวคือ คฤหัสถ์ผู้มีความเลื่อมใสศรัทธาแล้วเปล่งวาจาปฏิญาณตนถึงพระพุทธเจ้า พระธรรม และพระสงฆ์เป็นสรณะ" นับว่าเป็นผู้ทรงคุณธรรม ถ้าเป็นบุรุษ ท่านบัญญัติคำเรียกยกย่องในพระพุทธศาสนาว่า "อุบาสก" และถ้าเป็นสตรีก็เรียกยกย่องว่า "อุบาสิกา" ๒ ใน ๔ แห่งพุทธบริษัทนี้จะขอรับศีลจากพระภิกษุสามเณร หรือท่านผู้มีศีลยิ่งกว่า

ในทางปฏิบัติ ก่อนที่จะขอรับศีล อุบาสกอุบาสิกาย่อมเข้าไปกราบพระเพื่อจะอาราธนาหรือขอรับศีลต่อไป ในการกราบพระก็มีระเบียบวิธีปฏิบัติตั้งแต่สมัยพุทธกาล คือ การกราบด้วยเบญจางคประดิษฐ์ ทุกท่านจะทดลองฝึกปฏิบัติให้ถูกต้องเสียเลย ณ บัดนี้ก็ได้

ท่านชาย ให้นั่งคุกเข่า ปลายเท้าทั้งคู่ชิดกัน ตั้งปลายส้นเท้าทั้งสองยันพื้น ให้นิ้วเท้าพับลงราบกับพื้น หัวเข่าทั้งสองข้างให้แยกห่างออกจากกันประมาณ ๑ คืบ แล้วนั่งทับลงบนส้นเท้าทั้งคู่นั้น ส่วนท่านหญิง ให้นั่งคุกเข่าราบ คือ เหยียดหลังเท้าทั้งคู่ให้ราบกับพื้นไปทางข้างหลัง เข่าทั้งสองข้างชิดกัน และให้ฝ่าเท้าทั้งสองแนบชิดกัน แล้วนั่งทับบนเท้าทั้งสองข้างนั้น

นั่งตัวตรง ประนมมือขึ้นระหว่างอกในท่า **อัญชลี** เป็นจังหวะที่ ๑, เมื่อได้ตั้งใจดีแล้ว คือตั้งใจไว้ ณ ที่ศูนย์กลางกายแล้ว จึงยกมือประนมขึ้นจรดที่หน้าผาก พร้อมด้วยก้มศีรษะนิด ๆ พองามในท่า **วันทา** ให้หัวแม่มือทั้งสองอยู่ระหว่างคิ้ว ปลายนิ้วจรดที่หน้าผาก เป็นจังหวะที่ ๒, แล้วก้มศีรษะหมอบลงให้หน้าผากจรดพื้น เรียกว่า **อภิวาท** สำหรับท่านชายให้วางศอกต่อกับหัวเข่าพอดีทั้งสองข้าง ส่วนท่านหญิง ให้วางข้อศอกทั้งสองไว้ข้างตัวแนบชิดกับขาพับทั้งสอง ทั้งท่านชายและหญิง ให้คว่ำฝ่ามือลงราบกับพื้น โดยแยกฝ่ามือให้ห่างออกจากกัน พอให้หน้าผากจรดพื้นระหว่างฝ่ามือทั้งสองได้พอดี เป็นจังหวะที่ ๓

แล้วลุกขึ้นนั่งกลับในท่าเดิม คือท่า **อัญชลี** แล้วก็ดำเนินต่อไปในท่า **วันทา** และ **อภิวาท** เป็นจังหวะที่ ๑-๒-๓ ต่อไปตามลำดับ จนครบรวมทั้งสิ้น ๓ ครั้ง

ในขณะที่ก้มศีรษะกราบพระแต่ละครั้ง ให้นึกว่าในใจ หรือกรณีที่มีผู้กราบพระพร้อม ๆ กันก็ให้มีผู้นำกราบพระผู้หนึ่ง นำกล่าวดังต่อไปนี้

อรหํ สมฺมา สมฺพุทฺโธ ภควา พุทฺธํ ภควนฺตํ อภิวาเทมิ แปลความว่า **ข้าพระพุทธเจ้าขอกราบพระผู้มีพระภาค ผู้เป็นพระอรหันต์และตรัสรู้เองโดยชอบ** (สำหรับการกราบครั้งที่ ๑)

สวากฺขาโต ภควตา ธมฺโม ธมฺมํ นมสฺสามิ แปลความว่า **ข้าพระพุทธเจ้าขอกราบพระธรรมอันพระผู้มีพระภาคตรัสไว้ดีแล้ว** (สำหรับการกราบครั้งที่ ๒)

สุปฏิปนฺโน ภควโต สาวกสงฺโฆ สงฺฆํ นมามิ แปลความว่า **ข้าพระพุทธเจ้าขอกราบพระสงฆ์ ผู้เป็นสาวกพระผู้มีพระภาคผู้ปฏิบัติดีปฏิบัติชอบ** (สำหรับการกราบครั้งที่ ๓)

เมื่อได้กราบพระเสร็จเรียบร้อยแล้ว ก็กล่าวคำอาราธนาศีลต่อไป ถ้ามีผู้จะรับศีลด้วยกันหลายคน ก็นิยมให้บุคคลใดบุคคลหนึ่งเป็นตัวแทนอาราธนาศีล แต่ถ้าเป็นการขอรับศีลคนเดียวก็อาราธนาศีลเอง โดยกล่าวคำอาราธนาศีล ๓ ครั้ง ดังต่อไปนี้

มยํ ภนฺเต วิสุํ วิสุํ รกฺขณตฺถาย ติสรเณน สห ปญฺจ สีลานิ ยาจาม

การกล่าวซ้ำครั้งที่ ๒ และครั้งที่ ๓ ก็ว่าอย่างเดียวกัน เพียงแต่เพิ่มคำว่า "**ทุติยมฺปิ**" กับคำว่า "**ตติยมฺปิ**" ข้างหน้าคำอาราธนาสำหรับครั้งที่ ๒ และที่ ๓ ตามลำดับ นี่เป็นการอาราธนาศีล ๕ หรือ **เบญจศีล** แต่ถ้าเป็นศีล ๘ ก็คงใช้คำอาราธนาที่คล้ายคลึงกันนี้ แต่มีเปลี่ยนเฉพาะคำว่า "**ปญฺจ**" เป็น "**อฏฺฐ**" เท่านั้น ส่วน**อุโบสถศีล**นั้นจะได้แยกกล่าวต่อไปในภาคผนวก

อนึ่ง สำหรับผู้ที่อาราธนาศีลเองเพื่อขอรับศีลคนเดียว ให้เปลี่ยนคำนำหน้าคำอาราธนาศีลที่ว่า "**มยํ**" เป็น "**อหํ**" และเปลี่ยนคำสุดท้ายที่ว่า "**ยาจาม**" เป็น "**ยาจามิ**" นอกนั้นคงเดิม

และยังมีระเบียบในการสมาทานศีลเป็นสองอย่าง คือ สมาทานแยกกันเป็นบท ๆ เรียกว่า **ปัจเจกสมาทาน** อย่างหนึ่ง กับสมาทานรวมกันทั้ง ๕ บท เรียกว่า **เอกัชฌสมาทาน** อีกอย่างหนึ่ง ในกรณีที่สมาทานแยกกันเป็นบท ๆ ก็สมาทานอย่างที่กล่าวข้างต้น แต่ถ้าสมาทานแบบรวมกันทั้ง ๕ บท ก็ตัดคำว่า "**วิสุํ วิสุํ รกฺขณตฺถาย**" ออกเสีย

คำอาราธนาศีลข้างต้นนั้นแปลความว่า

ข้าแต่ท่านผู้เจริญ ข้าพเจ้าทั้งหลายขอศีล ๕ พร้อมด้วยสรณะ ๓ เพื่อรักษาแยกกันเป็นบท ๆ

สำหรับคำแปลครั้งที่สอง, ที่สาม ก็คล้ายกัน แต่มีความต่อท้ายว่า "**แม้ครั้งที่สอง**" และ "**แม้ครั้งที่สาม**" ต่อไปตามลำดับ

ไม่ว่าจะกล่าวคำขอหรืออาราธนาศีลเป็นแบบเพื่อรักษาแยกกันเป็นบท ๆ หรือเพื่อรักษารวมกันทั้งห้าบทก็ตาม ท่านผู้ให้ศีล คือพระภิกษุหรือสามเณร หรือท่านผู้มีศีลยิ่งกว่า จะเริ่มต้นด้วยบอกคำนมัสการพระพุทธเจ้า และให้รับไตรสรณคมน์ แล้วจึงให้สมาทานศีลเป็นคำบาลี แต่ในเวลาสมาทานมักไม่บอกคำแปล ซึ่ง ณ ที่นี้จะได้แปลให้เข้าในความเสียทั้งหมด

คำนมัสการพระพุทธเจ้า มีดังต่อไปนี้

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมา สมฺพุทฺธสฺส โดยกล่าวซ้ำกันสามครั้ง ซึ่งแปลความว่า **ขอความนอบน้อมจงมีแด่พระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้น ผู้เป็นพระอรหันต์ ผู้ทรงตรัสรู้ด้วยพระองค์เองโดยชอบ** แปลเหมือนกันทั้งสามครั้ง

แล้วต่อด้วยคำรับไตรสรณคมน์ดังต่อไปนี้

พุทฺธํ สรณํ คจฺฉามิ แปลว่า **ข้าพเจ้าขอถึงพระพุทธเจ้าเป็นที่พึ่ง**

ธมฺมํ สรณํ คจฺฉามิ แปลว่า **ข้าพเจ้าขอถึงพระธรรมเป็นที่พึ่ง**

สงฺฆํ สรณํ คจฺฉามิ แปลว่า **ข้าพเจ้าขอถึงพระสงฆ์เป็นที่พึ่ง**

แล้วก็กล่าวซ้ำกันอย่างนี้อีกสองชุด โดยเพิ่มคำนำหน้าว่า **ทุติยมฺปิ** สำหรับการกล่าวครั้งที่สอง และคำว่า **ตติยมฺปิ** สำหรับคำกล่าวครั้งที่สาม ซึ่งแปลความเพิ่มต่อท้ายคำแปลข้างต้นว่า "**แม้ครั้งที่สอง**" และ "**แม้ครั้งที่สาม**" ตามลำดับ

ถ้ารับพระไตรสรณคมน์จากพระภิกษุหรือสามเณร ท่านจะกล่าวต่อท้ายตรงนี้ว่า "**สรณคมนํ นิฏฺฐิตํ**" ซึ่งแปลว่า **จบสรณคมน์แล้ว** ผู้รับก็กล่าวรับว่า "**อาม ภนฺเต**" ซึ่งแปลว่า **ขอรับกระผม** หรือท่านหญิงก็คือคำรับว่า **เจ้าค่ะ** นั่นเอง

ต่อไป ผู้ให้ศีลก็จะให้ศีลเป็นข้อ ๆ แต่ไม่นิยมบอกคำแปลให้ ซึ่งจะขอกล่าวแต่เฉพาะคำแปลเพื่อให้เข้าใจ ส่วนคำสมาทานที่เป็นคำบาลีนั้น ท่านผู้ฟังจะได้รับฟังและสมาทานจริงต่อไปก่อนที่จะเจริญภาวนาอยู่แล้ว จึงจะไม่ขอกล่าวซ้ำอีก คำแปลคำสมาทานศีล จะได้กล่าวเป็นข้อ ๆ ดังต่อไปนี้

ข้อที่ ๑ ข้าพเจ้าขอสมาทานสิกขาบท คือ เว้นจากการฆ่าสัตว์มีชีวิต

ข้อที่ ๒ ข้าพเจ้าขอสมาทานสิกขาบท คือ เว้นจากการถือเอาสิ่งของที่เขามิได้ให้

ข้อที่ ๓ ข้าพเจ้าขอสมาทานสิกขาบท คือ เว้นจากการประพฤติผิดในกามทั้งหลาย

ข้อที่ ๔ ข้าพเจ้าขอสมาทานสิกขาบท คือ เว้นจากการพูดเท็จ

ข้อที่ ๕ ข้าพเจ้าขอสมาทานสิกขาบท คือ เว้นจากเหตุเป็นที่ตั้งแห่งความประมาทใน (การดื่ม) น้ำเมา กล่าวคือสุราและเมรัย

สำหรับท่านที่ประสงค์จะสมาทานศีลรวมหมดทั้งห้าข้อ ก็จะกล่าวนำเป็นเอกัชฌสมาทานซ้ำอีกว่า **อิมานิ ปญฺจ สิกฺขาปทานิ สมาทิยามิ** ซึ่งแปลว่า **ข้าพเจ้าขอสมาทานสิกขาบทครบทั้งห้าเหล่านี้**

ในกรณีที่รับศีลห้าจากพระภิกษุหรือสามเณร ท่านก็จะกล่าวย้ำเพื่อแสดงอานิสงส์ของศีลต่อไปอีกว่า **อิมานิ ปญฺจ สิกฺขาปทานิ, สีเลน สุคตึ ยนฺติ สีเลน โภคสมฺปทา, สีเลน นิพฺพุตึ ยนฺติ ตสฺมา สีลํ วิโสธเย** แปลว่า **สัตว์ทั้งหลายจะไปสู่สุคติ** (คือโลกมนุษย์และเทวโลก) **กันได้ด้วยศีล จะมีโภคทรัพย์สมบูรณ์ได้ด้วยศีล, สัตว์ทั้งหลายจะบรรลุความเย็นสนิท** (คือพระนิพพาน) **ด้วยศีล, เพราะฉะนั้น บัณฑิตพึงรักษาศีล** (ของตน) **ให้บริสุทธิ์**

ตอนที่ ๑๒ ศีลข้อที่หนึ่ง
ความหมาย อานิสงส์ของการรักษา และโทษของการผิดศีล

ต่อไปนี้จะได้กล่าวถึง **ความหมายหรือเงื่อนไขขององค์ศีล** เพื่อให้มีหลักพิจารณาว่าศีลที่ตนรักษาอยู่นั้นจะขาดด้วยลักษณะใดบ้าง จะด่างจะพร้อยไปด้วยลักษณะใดบ้าง เพื่อเป็นแนวทางในการปฏิบัติมิให้ผิดศีลขึ้นได้ พร้อมทั้งจะได้กล่าวถึง**เหตุผลที่บุคคลพึงต้องรักษาศีล**และ**อานิสงส์หรือคุณของการรักษาศีล**อีกด้วย โดยจะแยกกล่าวเป็นข้อ ๆ ไป ดังต่อไปนี้

ศีลข้อที่ ๑ ปาณาติปาตา เวรมณี หมายถึง **เจตนางดเว้นจากการทำให้สัตว์มีปราณคือ ลมหายใจ ตายไป** สิกขาบทข้อนี้ประกอบด้วยองค์ศีลหรือเงื่อนไขอยู่ ๕ ข้อด้วยกัน คือ

๑. ปาโณ สัตว์ที่ฆ่าเป็นสัตว์ที่มีปราณ คือยังมีลมหายใจอยู่ ในที่นี้จึงหมายถึงตั้งแต่สัตว์ดิรัจฉานทุกประเภท จนถึงเทวดา มนุษย์ แม้แต่ตัวเอง ท่านก็ห้ามฆ่าทั้งนั้น และที่ว่ามีปราณหรือลมหายใจนั้น ย่อมกินความถึงทารกที่ยังอยู่ในครรภ์มารดา ซึ่งแม้ว่าปอดจะยังมิได้ทำงานหายใจ แต่เด็กทารกก็ยังมีปราณหล่อเลี้ยงอยู่ ในลักษณะเดียวกันกับพระอริยเจ้าตั้งแต่ชั้นพระอนาคามีขึ้นไปกำลังเข้า "**สัญญาเวทยิตนิโรธ**" จึงนับว่าเป็นสัตว์ที่มีชีวิต

๒. ปาณสญฺญิตา ผู้ฆ่านั้นรู้ว่าสัตว์นั้นมีลมหายใจ เป็นต้นว่ารู้ว่าสัตว์นั้นเพียงแต่สลบอยู่ ยังไม่ตาย ก็ฆ่าโดยเจตนาจะให้ตายไป ดังนี้เป็นต้น แต่ถ้าสัตว์นั้นมีอาการประดุจตาย บุคคลเข้าใจว่าสัตว์นั้นตายแล้วจึงเอามาประกอบอาหาร ดังนี้ก็ไม่นับว่าได้เจตนาล่วงสิกขาบทนี้

๓. วธกจิตฺตํ มีความตั้งใจจะฆ่าให้ตาย ไม่ว่าจะเป็นทางตรงหรือทางอ้อม ไม่ว่าจะจงใจฆ่าเองหรือใช้ให้ผู้อื่นฆ่าโดยกริยาใด ๆ ก็ตาม ถ้าได้ทำสำเร็จ ก็เป็นอันนับว่าได้ล่วงสิกขาบทนี้ และในความหมายอย่างละเอียดยังกินความถึง ยินดีที่ผู้อื่นกระทำการล่วงสิกขาบทด้วย

อนึ่ง ในความหมายอย่างละเอียด สิกขาบทนี้ยังกินความรวมถึงการทรมานสัตว์ผจญสัตว์ให้เดือดร้อน ทำให้พิการ ทำให้ขาดอิสรภาพด้วยการกักขัง หรือทำให้หมดหวังในชีวิตอีกด้วย เป็นต้นว่า ต้มหม้อน้ำไว้ให้เดือด เอาไม้เล็ก ๆ วางพาดอยู่บนปากหม้อนั้น แล้วจับปูมาวางไว้ที่ปลายไม้ข้างหนึ่งเพื่อให้ปูไต่ไปยังปลายไม้อีกข้างหนึ่ง เมื่อปูถูกบังคับให้ไต่ไปตามไม้เล็ก ๆ เช่นนั้น ก็พลาดตกลงไปในหม้อน้ำที่ต้มไว้เดือดอยู่ ดังนี้บรรดาพวกหัวหมอก็มักจะถือเป็นข้ออ้างว่าตนไม่ได้ฆ่าปู แต่ปูมันไต่ไม้ไม่ดีเองจึงตกลงไปในหม้อน้ำเดือดเอง มิหนำซ้ำพอเห็นปูบางตัวพยายามไต่ข้ามพ้นไปได้อย่างปลอดภัยแล้ว ก็จับให้มันมาตั้งต้นไต่ต่อไปอีกใหม่จนปูพลาดตกลงไปจนได้ เหล่านี้ก็นับว่าล่วงสิกขาบทข้อนี้ทั้งสิ้น เพราะแท้ที่จริงก็คือเจตนาจะฆ่าปู

ต้มปูกินนั่นเอง และนับตั้งแต่จับปูมากักขัง บังคับให้มันไต่ไปตามไม้เล็ก ๆ เป็นการทำให้มันขาดอิสรภาพและหมดหวังในชีวิต มันไม่มีทางเลือก จึงต้องตายดังนี้ ก็นับเป็นกิริยาอันล่วงสิกขาบทนี้

การวางกับดักสัตว์ก็ดี การตกปลาก็ดี การทอดแห ใช้ลอบหรือไซดักปลาก็ดี หากเจตนาจะกระทำเพื่อฆ่าหรือเบียดเบียนสัตว์มีชีวิต ก็เป็นการเจตนาล่วงสิกขาบทนี้ทั้งสิ้น

นอกจากนี้ แม้จะเจตนาฆ่าหรือเบียดเบียนชีวิตสัตว์เพื่อพิธีกรรมทางศาสนาใด ๆ ก็ตาม เช่นเพื่อไหว้เจ้า เพื่อบูชาพระเจ้าหรือเทพเจ้าองค์ใดก็ตาม ก็ไม่มีข้อยกเว้นจากการล่วงสิกขาบทข้อนี้ทั้งสิ้น และจะต้องได้รับวิบากกรรมจากการล่วงสิกขาบทนี้ เพราะชีวิตใครใครก็ย่อมหวงแหน ผู้ถูกฆ่าจึงย่อมจองเวรจองกรรมต่อ ๆ กันไปไม่มีที่สิ้นสุด เว้นไว้แต่จะเป็นพระอริยเจ้าขั้นสูงจึงเป็นผู้ไม่จองเวรผู้อื่น ด้วยเหตุนี้เอง จึงมีการรบราฆ่าฟันกันไม่หยุดหย่อนอันล้วนแต่เป็นเวรจากปาณาติปาตทั้งสิ้น

๔. อุปกฺกโม พยายามฆ่าสัตว์นั้นโดยที่สุด แม้จะพยายามเพียงเอื้อมมือไปฆ่าเท่านั้นก็จัดเป็นพยายามเหมือนกัน ดังตัวอย่างเรื่องการจับปูให้ไต่ไปบนไม้เล็ก ๆ บนหม้อที่ต้มน้ำไว้จนเดือดแล้วข้างต้น พอปูไต่ผ่านไปได้โดยปลอดภัยแล้ว ก็จับมาวางไว้ที่ปลายไม้ให้มันไต่ไปใหม่อีก ลงท้ายก็พลาดตกลงไปตายจนได้ อย่างนี้เรียกว่าพยายามจะฆ่าให้สัตว์ตาย

๕. เตน มรณํ สัตว์นั้นสิ้นลมหายใจไปด้วยความพยายามนั้น

เมื่อเข้าเกณฑ์ ๕ ข้อนี้แล้วก็เป็นอันนับว่าได้ล่วงสิกขาบทนี้ และใคร่จะขอย้ำอีกว่าในความหมายอย่างหยาบก็หมายถึงการฆ่าให้สัตว์มีปราณตาย ในความหมายอย่างกลางและละเอียดก็หมายความรวมไปถึงการเบียดเบียนชีวิตสัตว์แม้แต่จะไม่ถึงตายก็ตาม เป็นต้นว่าการทรมานสัตว์ การผจญสัตว์ให้เดือดร้อน ทำให้พิการ ทำให้ขาดอิสรภาพโดยการกักขังหรือทำให้หมดหวังในชีวิตด้วยประการต่าง ๆ อีกด้วย ทั้งนี้ ไม่ว่าจะเจตนา **กระทำด้วยตนเอง ใช้ให้ผู้อื่นกระทำ หรือยินดีที่ผู้อื่นกระทำการล่วงสิกขาบทดังกล่าว**

เหตุผลที่ท่านห้ามฆ่าหรือเบียดเบียนสัตว์ที่มีชีวิตนี้ ก็เพราะว่าชีวิตของใครใครก็ย่อมรักและหวงแหน แม้แต่ตัวผู้กระทำผิดศีลนั่นเองแหละ ไม่ว่าจะกระทำไปด้วยความคึกคะนองหรือมีจิตใจเหี้ยมโหดเพียงใดก็ตาม พอถึงตาตนเองจะถูกกระทำเช่นนั้นบ้าง ก็เห็นกลัวเจ็บกลัวตายกันจนตาเหลือกตาลานด้วยกันทั้งนั้น เรารักชีวิตและปรารถนาความสุข เกลียดความทุกข์อย่างไร ผู้อื่นก็ย่อมจะรักชีวิตตน รักความสุข และเกลียดความทุกข์เช่นเดียวกัน

เพราะฉะนั้น ผู้ที่เบียดเบียนชีวิตผู้อื่นจึงนับเป็นบุคคลที่ขาดเมตตา ไร้ความปรานีต่อเพื่อนร่วมโลก แสดงถึงความเป็นผู้มีจิตใจเหี้ยมโหดทารุณ และเห็นแก่ตัวอย่างยิ่ง ท่านจึงจัดสิกขาบทนี้ไว้เป็นอันดับแรก

สำหรับผู้ที่ล่วงสิกขาบทนี้ ย่อมต้องได้รับผลกรรมตามสนองให้เป็นผู้มีอายุสั้น ขี้โรคหรือพิการต่าง ๆ รายที่ประกอบกรรมปาณาติปาตไว้หนัก ก็อาจจะได้รับผลกรรมทันตาเห็นในชาตินี้ แล้วยังจะติดตามให้ผลต่อไปในภพหน้าอีกด้วยหลายภพหลายชาตินัก โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ผู้ประทุษร้ายต่อผู้มีพระคุณหรือผู้บริสุทธิ์ เป็นต้นว่า การประทุษร้ายหรือฆ่าบิดามารดา ฆ่าพระอรหันต์ หรือแม้แต่เจตนากระทำให้พระวรกายของพระพุทธเจ้าห้อเลือดขึ้นไป เหล่านี้ย่อมได้รับผลกรรมที่หนักและรวดเร็วที่สุด เรียกว่า **อนันตริยกรรม** กล่าวคือ เมื่อสิ้นชีวิตลงย่อมต้องเข้าถึงอบาย ที่จะต้องได้รับความทุกข์ความทรมานอย่างหนักที่สุด เช่น อเวจีนรก หรือโลกันตนรก ซึ่งอยู่นอกภพสามออกไป แม้ว่าตนจะเคยได้ประกอบกุศลกรรมไว้บ้างตั้งแต่เมื่อมีชีวิตอยู่ ก็จะต้องรับผลกรรมดังที่ได้กล่าวนี้ก่อน ดังตัวอย่างที่เถรเทวทัตซึ่งได้เจตนาประทุษร้ายพระพุทธเจ้า เป็นต้น

เรื่องวิบากกรรมหรือการรับผลกรรมจากการประกอบกรรมดี หรือที่เรียกว่ากุศลกรรมก็ดี จากการประกอบกรรมชั่วหรือที่เรียกว่าอกุศลกรรมก็ดี **เป็นเรื่องของกฎเกณฑ์ธรรมชาติทั้งสิ้น** มิได้มีใครที่ไหนเป็นผู้ตั้งกฎเกณฑ์ไว้เลย และก็ไม่มีใครที่ไหนจะยกเว้นหรือชำระล้างได้อีกเช่นกัน พระพุทธองค์จึงได้ตรัสไว้ว่า **สุทฺธิ อสุทฺธิ ปจฺจตฺตํ นาญฺโญ อญฺญํ วิโสธเย** แปลความว่า **ความบริสุทธิ์ ความไม่บริสุทธิ์ เป็นสิ่งเฉพาะตน ผู้หนึ่งจะยังความบริสุทธิ์ให้อีกผู้หนึ่งมิได้** และว่า **ยาทิสํ วปฺปเต พีชํ ตาทิสํ ลภเต ผลํ กลฺยาณการี กลฺยาณํ ปาปการี จ ปาปกํ** แปลความว่า **หว่านพืชชนิดใด ย่อมได้ผลชนิดนั้น ผู้ทำกรรมดี ย่อมได้ผลดี ผู้ทำกรรมชั่ว ย่อมได้ผลชั่ว**

สำหรับผู้ที่มีศีลสังวรในข้องดเว้นจากการฆ่าหรือเบียดเบียนสัตว์ที่มีชีวิต ย่อมได้รับผลให้เป็นผู้มีอายุยืน มีโรคภัยไข้เจ็บน้อยลง และมีพลานามัยสมบูรณ์

พระพุทธองค์เป็นแต่เพียงได้ค้นพบความจริงของธรรมชาติ ตามสภาพที่เป็นจริงจึงได้สั่งสอนให้เวไนยสรรพสัตว์ทั้งหลายได้ตระหนักถึงโทษภัยของการประกอบกรรมชั่วดังกล่าวแล้ว งดเว้นการกระทำชั่วด้วยกาย วาจา ใจเสีย เพื่อจะได้มิต้องได้รับผลกรรมชั่วนั้นอีกต่อไปในอนาคต แล้วให้ตั้งใจประพฤติดีด้วยกาย วาจา และใจ เพื่อให้ได้รับผลดีจากกุศลกรรมนั้น และให้หมั่นชำระจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์อยู่เสมอ เพื่อให้สามารถเจริญปัญญารู้แจ้งในสัจจธรรมตามสภาพที่เป็นจริงต่อไป

ตอนที่ ๑๓
ศีลข้อที่หนึ่ง (ต่อ)

อาจจะมีบางท่านมีปัญหาว่า อาชีพบางอย่างอาจไม่เอื้ออำนวยให้การรักษาศีลข้อ "ปาณาติปาต" นี้ เป็นต้นว่า ผู้ที่เป็นทหาร ตำรวจ หรืออาชีพในทางจับสัตว์เพื่อฆ่าและขาย เหล่านี้จะมีบาปหรือผลกรรมมากน้อยเพียงใด และจะปฏิบัติตนเช่นไรจึงจะช่วยให้มีความบริสุทธิ์ กาย วาจา ใจมากขึ้น

เรื่องนี้ พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ว่า **เจตนาหํ ภิกฺขเว กมฺมํ วทามิ** แปลความว่า **"ภิกษุทั้งหลาย เรากล่าวความตั้งใจว่าเป็นกรรม"** คือว่าการทำบาปจะได้รับผลคือวิบากมากน้อยเพียงใดนั้นขึ้นอยู่ที่ **เจตนา** คือ **ความตั้งใจ** ซึ่งมีพื้นฐานมาจากความหนักเบาของกิเลสเป็นสำคัญ เป็นต้นว่า ผู้ที่มีเจตนาที่จะประหัตประหารผู้อื่นด้วยความโลภ ความพยาบาทอย่างแรงกล้า ด้วยมิจฉาทิฏฐิ ไม่รู้บาปบุญคุณโทษ ก็เป็นเหตุให้มีผลกรรมมาก ประดุจดังเด็กทารกกำถ่านที่ติดไฟแดงอยู่ ทั้ง ๆ ไฟไหม้มือและรู้ว่าร้อนก็ไม่รู้จะทำเช่นไร ก็ได้แต่กำถ่านไฟแน่นอยู่เช่นนั้น ไม่ยอมแบมือสลัดถ่านไฟทิ้ง ส่วนอีกประเภทหนึ่ง รู้ผิดชอบชั่วดี ไม่มีเจตนาจะกระทำเพื่อเบียดเบียนหรือประหัตประหารผู้อื่นด้วย โลภะ โทสะ โมหะ แต่กระทำไปเพื่อป้องกันตัวหรือป้องกันอธิปไตยของประเทศชาติ ชีวิตและทรัพย์สินของประชาชนหมู่มาก ก็ย่อมได้รับผลกรรมประดุจเดียวกันกับผู้ใหญ่ที่มีความจำใจที่จะต้องหยิบถ่านไฟที่กำลังไหม้อยู่ ย่อมต้องใช้ความระมัดระวังมากกว่าเด็ก และกระทำเท่าที่จำเป็น เมื่อสิ้นความจำเป็นจำใจแล้วก็เลิกกระทำผิด หรือกล่าวอีกนัยหนึ่งคือมิได้มีจิตใจเหี้ยมโหดอำมหิตโดยสันดาน แม้จะมีผลเป็นวิบากแต่ก็ไม่เท่ากรณีเด็กกำถ่าน อนึ่ง พึงสังเกตด้วยว่า เจตนากระทำบาปมากหรือน้อยเพียงใด ย่อมขึ้นอยู่กับระดับกิเลสที่ครอบครองจิตใจของผู้กระทำนั้นเสมอ

ทีนี้ก็ใคร่จะกล่าวถึงกรณีที่เกี่ยวกับทหารหรือตำรวจอีกสักเล็กน้อย ท่านผู้ฟังโปรดเข้าใจไว้ด้วยว่า ทหารและตำรวจที่ปฏิบัติตามหน้าที่เพื่อปกป้องอธิปไตยของประเทศชาติและป้องกันชีวิตและทรัพย์สิน ทั้งของตนเองและของประชาชนส่วนมากให้ได้อยู่เย็นเป็นสุขทั้งประเทศ มิให้ศัตรูทั้งภายนอกและภายในเบียดเบียน ด้วยความเสียสละอย่างสูง คือชีวิตและเลือดเนื้อ และความสุขส่วนตน เพื่อประชาชนทั้งชาติดังนี้ นับเป็นบุญกุศลอีกส่วนหนึ่ง

แต่อย่างไรก็ตาม ใคร่จะแนะนำแนวทางปฏิบัติเพื่อให้เป็นบุญเพิ่มมากขึ้น และหากท่านทั้งหลายมีศรัทธาปฏิบัติได้โดยต่อเนื่องกันแล้ว บุญก็จะสะสมเพิ่มมากขึ้นมากพอที่จะนำหน้าบาปได้ และก็จะได้รับผลจากบุญแต่ฝ่ายเดียว หรือได้รับผลจากบุญมากกว่าผลบาปดังต่อไปนี้

ข้อที่ ๑ ขอทุกท่านจงพยายามหาโอกาสรักษาศีล จากน้อยไปหามาก จากหยาบไปหาละเอียด เป็นต้นว่า ตั้งใจรักษาศีล ๕ หรือเบญจศีลอย่างน้อยทุกวันพระและวันธรรมสวนะให้บริสุทธิ์ เมื่อมีพลังศรัทธาแก่กล้าขึ้น ก็ค่อย ๆ เพิ่มวันรักษาศีลขึ้นจากเดิมให้มากวันขึ้น พยายามไม่ล่วงสิกขาบทเอง ไม่ใช้ให้ผู้อื่นกระทำการล่วงสิกขาบท และไม่ยินดีที่ผู้อื่นล่วงสิกขาบท เป็นต้น

เมื่อรักษาศีลให้บริสุทธิ์จนเป็นปกติมากขึ้นเพียงใด ก็จงหมั่นตรึกนึกถึงความบริสุทธิ์กาย วาจา และใจ จากศีล และประคองใจรักษาความบริสุทธิ์นั้นอยู่เสมอ เรียกว่า **สีลานุสติ**

ข้อที่ ๒ เมื่อว่างจากภารกิจหน้าที่การงานแล้ว ก็หมั่นเจริญภาวนาธรรมเพื่อให้ใจใสสะอาดบริสุทธิ์อยู่เสมอ

ข้อที่ ๓ เมื่อได้ตั้งใจประกอบกรรมดี ละเว้นกรรมชั่ว ด้วยกาย วาจา และใจ และทำใจให้ใสสะอาดบริสุทธิ์เช่นนั้นแล้ว ภายหลังจากการเจริญภาวนาทุกครั้ง จงตั้งใจบูชาความดีที่ได้สร้างสมอบรมมาแด่พระพุทธเจ้า พระธรรมเจ้า และพระสงฆ์เจ้า ทั้งในอดีต ในปัจจุบัน และในอนาคตทุกพระองค์ แล้วตั้งใจอุทิศส่วนกุศลและแผ่เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ผ่านไปยังคุณบิดามารดา คุณครูอุปัชฌาย์อาจารย์และญาติมิตรทั้งหลาย ทั้งที่ระลึกได้และไม่ได้ ตลอดทั้งพระบาทสมเด็จพระเจ้าอยู่หัว สมเด็จพระนางเจ้าฯ พระบรมราชินีนาถ สมเด็จพระบรมราชชนนี สมเด็จพระบรมโอรสาธิราช และพระบรมวงศานุวงศ์ ผู้ปกครองและผู้รักษาประเทศชาติ ทั้งทหาร ตำรวจ และพลเรือน ผู้รักษาพระพุทธศาสนาและวิชชาธรรมกาย มนุษย์และอมนุษย์ ซึ่งเป็นเพื่อนร่วมโลกทั้งหลาย ขอให้กุศลผลบุญนี้จงดลบันดาลให้ท่านทั้งหลายเหล่านั้น ตลอดทั้งตัวเราเองด้วย จงมีความสันติสุขและร่มเย็น สมบูรณ์บริบูรณ์ด้วย ผลทาน ศีล ภาวนา, ศีล สมาธิ ปัญญา, อธิศีล อธิจิต อธิปัญญา, ปฐมมรรค มรรคจิต มรรคปัญญา และโลกุตตรสมบัติ ยิ่ง ๆ ขึ้นไป และขอเพื่อนร่วมโลกทั้งหลายจงละชั่วด้วยกาย วาจา ใจ ประกอบแต่กรรมดีด้วยกาย วาจา ใจ ทำใจให้ใสสะอาดบริสุทธิ์ เป็นสัมมาทิฏฐิแต่ฝ่ายเดียว ขอจงเป็นสุข ๆ เถิด อย่าได้มีเวรมีภัย เบียดเบียนซึ่งกันและกันเลย จงเป็นสุข ๆ เถิด อย่าได้มีความทุกข์กายทุกข์ใจเลย จงรักษาตนให้พ้นจากภัยทั้งหลายเถิด

ข้อที่ ๔ แล้วขอให้ท่านตั้งจิตอธิษฐานลงไปที่ศูนย์กลางกายต่อไปอีกว่า **ขอกุศลผลบุญที่ได้สร้างสมอบรมมานี้ จงเป็นพลวปัจจัยให้ข้าพเจ้าหลุดพ้นจากไตรวัฏฏ์ คือกิเลสวัฏฏ์ กรรมวัฏฏ์ และวิปากวัฏฏ์** (คือขอให้หลุดพ้นจากวัฏฏจักรแห่งการเกิดกิเลส ประกอบอกุศลกรรม แล้วได้รับผลกรรม) **เถิด**

สำหรับผู้ที่เป็นทหาร ตำรวจ ก็จงอธิษฐานอีกว่า **ขอให้สามารถปฏิบัติหน้าที่ได้สำเร็จบริบูรณ์ โดยมิต้องเสียชีวิตและเลือดเนื้อผู้ใดเลย ศัตรูก็ขอให้กลับใจเป็นมิตร ผู้ร้ายก็ขอให้กลับใจ**

เป็นคนดี ผู้ก่อการร้ายก็ขอให้กลับใจเป็นผู้ก่อการดีเถิด หรือผู้ที่มีอาชีพที่ต้องพัวพันอยู่กับการฆ่าสัตว์ตัดชีวิตอื่น ๆ ก็จงตั้งจิตอธิษฐานว่า **ขอให้ตนมีช่องทางประกอบสัมมาอาชีวะเถิด**

เวลาอุทิศส่วนกุศลก็ดี แผ่เมตตา กรุณา มุทิตา อุเบกขา ก็ดี หรืออธิษฐานจิตเพื่อความบริสุทธิ์กาย วาจา และใจก็ดี หรือจะปรารถนาในสิ่งใด ๆ ที่ชอบก็ดี จงกระทำที่ศูนย์กลางกายเสมอ แล้วพยายามแผ่กระแสจิตที่ใสสะอาดบริสุทธิ์ ที่อ่อนโยน และเยือกเย็นนั้นให้แผ่ออกจากศูนย์กลางกาย กว้างออกไปจนสุดประมาณ

หากท่านทั้งหลายช่วยกันปฏิบัติได้เช่นนี้เป็นประจำแล้ว ก็เชื่อว่าทุกท่านจะประสบผลดีทั้งทางโลกและทางธรรมอย่างแน่นอน

ตอนที่ ๑๔ ศีลข้อที่สอง
ความหมาย อานิสงส์ของการรักษา และโทษของการผิดศีล

บัดนี้จะได้กล่าวถึงศีลข้อที่ ๒ ต่อไป คือ **อทินฺนาทานา เวรมณี** ซึ่งหมายถึง **เจตนางดเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่ผู้อื่นมิได้ให้** ลักษณะขององค์ศีลข้อนี้มีดังต่อไปนี้

๑. ปรปริคฺคหิตํ ของที่ลักนั้นมีเจ้าของ ไม่ว่าจะเป็นเอกชนหรือของสาธารณะส่วนรวม เป็นต้นว่า ทรัพย์สินของชาติ ของพระพุทธศาสนา และพระมหากษัตริย์ นับตั้งแต่ของที่มีราคาสูงที่สุดจนถึงราคาต่ำสุด หรือไม่มีราคาค่างวดเลย คือแม้แต่หญ้าเส้นเดียว หรือก้อนดินก้อนหนึ่ง เป็นต้น

๒. ปรปริคฺคหิตสญฺญิตา ผู้ลักก็รู้ว่าของนั้นมีเจ้าของ

๓. เถยฺยจิตฺตํ มีความจงใจลัก

๔. อุปกฺกโม พยายามลักของนั้น โดยที่สุดแม้เพียงเอื้อมมือไปหยิบเอาเท่านั้น

๕. เตน หรณํ นำของนั้นมาได้ ด้วยความพยายามนั้น

กล่าวโดยสรุปก็คือ การถือเอาของของผู้อื่นโดยพละการ โดยที่ผู้เป็นเจ้าของมิได้ยกให้หรืออนุญาตให้ ด้วยอาการอย่างขโมย เช่น ปล้น จี้ ลัก ฉก ชิง วิ่งราว ตู่ ตระบัด ปลอมแปลง ลักลอบ ยักยอก เป็นต้น ไม่ว่าจะเป็นการกระทำการเองหรือใช้ให้ผู้อื่นกระทำ ก็นับเป็นการล่วงสิกขาบทข้อนี้ทั้งสิ้น นอกจากนี้ สำหรับท่านผู้ปฏิบัติธรรมขั้นสูง ๆ หรือพระอริยบุคคลท่านก็จะไม่ยินดีที่ผู้อื่นกระทำการล่วงสิกขาบทนั้นอีกด้วย

สิกขาบทข้อนี้ ท่านห้ามไว้เพื่อให้ทุกคนเคารพกรรมสิทธิ์ในสมบัติของกันและกัน ให้รู้จักทำมาหาเลี้ยงชีพโดยสุจริต ไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน ไม่เอารัดเอาเปรียบกัน สมบัติของใครใครก็รักและหวงแหน ไม่อยากจะให้สูญไป จึงเฝ้าคุ้มครองรักษาไว้ เมื่อเกิดความสูญเสียไปเพราะถูกลักหรือปล้นสะดม ยักยอกเอาไป ก็ย่อมเกิดความเสียดาย กลายเป็นทุกข์ ท่านจึงห้ามไว้เพื่อให้เคารพกรรมสิทธิ์ของผู้อื่น

ผู้รักษาศีลข้อนี้เป็นประจำ จะเป็นเหตุให้เป็นผู้มีสมบัติมาก รักษาสมบัติไว้ได้เป็นอันดี ทรัพย์สมบัติไม่เป็นอันตรายด้วยภัยต่าง ๆ

แต่ผู้ที่ล่วงสิกขาบทนี้ จะได้รับผลต่อไปในอนาคต คือ จะกลับกลายเป็นคนยากจนข้นแค้น ทรัพย์สมบัติที่มีอยู่หรือทำมาหาได้ก็จะวิบัติสูญหาย หรือถูกทำลายด้วยภัยต่าง ๆ เช่น ราชภัย โจรภัย อัคคีภัย อุทกภัย วาตภัย หรือภัยจากสงคราม เป็นต้น เมื่อสิ้นชีวิตลงย่อมจะต้องเข้าถึงอบายหรือทุคติ อีกด้วย

อนึ่ง พึงสังเกตอีกด้วยว่า **ผู้ที่ล่วงสิกขาบท อันเป็นเหตุให้ได้รับผลกรรม คือ วิบาก จะมากหรือน้อยเพียงใดนั้นขึ้นอยู่ที่เจตนาหรือความตั้งใจในการกระทำบาปอกุศล ซึ่งเป็นไปตามความหนักเบาแห่งกิเลส อวิชชา ที่เป็นพื้นฐานครอบคลุมจิตใจอยู่ และขึ้นอยู่กับความบริสุทธิ์ของสิ่งของนั้น อีกทั้งความเดือดร้อนที่ต้องสูญเสียสิ่งของนั้นด้วย**

เป็นต้นว่า ทรัพย์สินที่ผู้มีจิตศรัทธาบริจาคไว้ให้เป็นสมบัติของพระพุทธศาสนา เพื่อใช้สืบพระพุทธศาสนา ผู้กระทำอทินนาทานทรัพย์สินเช่นที่ว่านี้ ย่อมได้รับผลกรรมอย่างหนักและรวดเร็วทั้งในภพนี้และในภพหน้าอีกมาก เรียกว่าจะต้องกลายเป็นคนยากจนอย่างแสนสาหัสทีเดียว

และโปรดเข้าใจไว้ด้วยว่า **สิ่งของหรือทรัพย์สินที่มีผู้บริจาคให้ไว้เป็นสมบัติของพระพุทธศาสนาเพื่อใช้สืบพระพุทธศาสนานั้น หาใช่สมบัติส่วนตนของผู้ใดไม่ การใช้สอย หรือจำหน่ายจ่ายโอนโดยพละการ คือมิได้รับความยินยอมจากองค์สงฆ์หรือคณะสงฆ์ของวัดนั้น หรือมิได้เป็นไปตามวัตถุประสงค์ของผู้บริจาคตามควร ย่อมนับเป็นการล่วงสิกขาบทนี้ทั้งสิ้น**

ใคร่จะขอยกตัวอย่างพระเดชพระคุณหลวงพ่อวัดปากน้ำฯ ให้ท่านผู้ฟังได้ทราบสักตัวอย่างหนึ่งว่า เมื่อพระเดชพระคุณท่านได้สร้างพระของขวัญขึ้นมาเพื่อให้เป็นของขวัญแก่ผู้ทำบุญสร้างโรงเรียนปริยัติธรรมนั้น พระเดชพระคุณท่านได้ถือว่า สมบัติเหล่านั้นคือพระของขวัญที่สร้างขึ้นมานั้น ตกเป็นสมบัติของพระพุทธศาสนาไปเลย เมื่อจะให้พระของขวัญแก่ผู้ใดเป็นส่วนตัว พระเดชพระคุณท่านก็จะจ่ายปัจจัยส่วนตัวให้แก่วัดในฐานะผู้ทำบุญกับเขาด้วยเสมอ มิได้ถือเอาโดยพละการเสมือนหนึ่งสมบัติส่วนตัวของท่านเลย

ส่วนตัวอย่างของผู้ที่ประกอบอทินนาทานที่หนัก ๆ ถึงขนาดที่เรียกว่ากินบ้านโกงเมืองนั้น ท่านผู้ฟังก็คงจะได้ยินตัวอย่างของผลกรรมมาบ้างแล้ว แต่ใคร่จะยกตัวอย่างของผู้ที่ประกอบอกุศลกรรมถึงขั้นที่เรียกว่า **ขายชาติ** สู่ท่านผู้ฟังเพื่อประดับสติปัญญาไว้บ้าง หลายท่านคงจะพอระลึกจำเรื่องราวในประวัติศาสตร์ไทย **สมัยที่ไทยต้องเสียกรุงศรีอยุธยาครั้งแรกแก่ข้าศึกได้ว่า ก่อนที่จะต้องเสียกรุงนั้น พระยาจักรี ขุนนางผู้ใหญ่ของไทย ได้เป็นไส้ศึกแก่ศัตรู คิดคดทรยศต่อชาติ แทรกซึมบ่อนทำลาย ขายชาติให้ศัตรู เพื่อแลกกับลาภ ยศ ด้วยความละโมภ จนข้าศึกสามารถเข้าตีและยึดกรุงศรีอยุธยาไว้ได้ แต่พระยาจักรีก็ได้รับผลกรรมทันตาเห็น คือเมื่อข้าศึกเข้ายึดกรุงศรีอยุธยาได้แล้ว พระยาจักรีก็ถูกข้าศึกประหารชีวิตเสีย ด้วยฝ่ายข้าศึกเห็นว่าพระยาจักรีนี้เป็นคนไม่ซื่อ แม้แต่ประเทศชาติของตัวก็ขายได้ด้วยความคดทรยศ มาตรว่าจะเลี้ยงไว้ก็รังแต่จะเป็นภัย จึงให้ประหารชีวิตเสีย** นี้เป็นตัวอย่างของการกระทำกรรมหนักและได้รับผลกรรมทันตาเห็น

ฉะนั้น แม้ว่าท่านผู้ฟังจะเคยได้เห็นได้ยินว่า บางรายร่ำรวยด้วยการฉ้อโกงหรือทุจริตคิดมิชอบแล้วยังสุขสบายอยู่นั้น ก็อย่าได้แปลกใจเลย คำที่พระพุทธองค์ได้ตรัสว่า **ยาทิสํ วปฺปเต**

พีชํ, ตาทิสํ ลภเต ผลํ แปลความว่า **"หว่านพืชชนิดใด ย่อมได้ผลชนิดนั้น"** และว่า **กลฺยาณการี กลฺยาณํ, ปาปการี จ ปาปกํ** แปลความว่า **"ผู้ทำกรรมดี ย่อมได้ผลดี ผู้ทำกรรมชั่ว ย่อมได้ผลชั่ว"** นั้น แน่นอนเสียยิ่งกว่าแน่นัก

เพราะฉะนั้น จึงขอทุกท่านจงหมั่นตั้งใจรักษาศีลและเจริญภาวนา เพื่อความบริสุทธิ์กาย วาจา และใจ ให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไปเถิด จะได้รับผลดีทั้งในปัจจุบันและอนาคตโดยแน่นอน

ตอนที่ ๑๕ ศีลข้อที่สาม
ความหมายขององค์ศีล

จะได้กล่าวถึงศีลข้อที่ ๓ ต่อไป คือ **กาเมสุมิจฉาจารา เวรมณี** ซึ่งหมายถึง **การเจตนางดเว้นจากการประพฤติผิดในกาม** ศีลข้อนี้มีองค์ ๔ หรือประกอบด้วยเงื่อนไข ๔ ประการด้วยกัน คือ

๑. **อคมนียวัตถุ** คือ **เป็นบุคคลที่ไม่ควรล่วงละเมิด ๒๐ จำพวกด้วยกัน** ได้แก่ ชาย—หญิงที่มีภรรยาหรือสามีแล้ว หรือชายหญิงที่มีจารีตห้าม เช่น นักบวช ภิกษุ สามเณร แม่ชี เป็นต้น เมื่อล่วงละเมิดชายหญิงเหล่านี้ ก็จัดเป็นกาเมสุมิจฉาจาร ส่วนผู้ที่มีอิสระแก่ตัว ก็ไม่จัดเป็นการล่วงสิกขาบทนี้

๒. **ตสฺมึ เสวนจิตฺตํ จงใจจะเสพในบุคคลนั้น**

๓. **เสวนปฺโยโค มีความพยายามในการเสพ** และ

๔. **มคฺเคน มคฺคปฺปฏิปตฺติอธิวาสนํ ให้อวัยวะเพศถึงกัน**

ที่ท่านห้ามไว้เช่นนี้ ก็ด้วยหวังจะป้องกันความแตกร้าวในหมู่มนุษย์ ให้ทุกคนมีความไว้วางใจในกันและกัน ให้ภรรยาสามีปรองดองกันด้วยดี ไม่มีปากเสียงและการแตกร้าวกันขึ้นเพราะต่างระแวงหึงหวงกันด้วยเรื่องนี้อันเป็นเหตุให้หมดความสันติสุขในชีวิต และเป็นการป้องกันมิให้มัวเมาอยู่แต่ในกามกิเลส จิตใจต้องจมดิ่งอยู่ใน**กามสุขัลลิกานุโยค** คือ หาแต่ความสุขจนลืมคิดถึงความทุกข์อันจะตามมาในอนาคต เพราะเมื่อใจหมกมุ่นอยู่แต่ในกามสุขอยู่เช่นนี้ การที่จะชักพาใจให้ดำเนินไปสู่ทางแห่งความดี ความสงบสุขนั้น เป็นสิ่งที่กระทำได้ยาก อุปมาดั่งไม้ที่แช่น้ำเปียกชื้นอยู่ ย่อมสีกันให้เกิดไฟได้ยาก

เงื่อนไขขององค์ศีลที่กล่าวข้างต้นนี้ เป็นเงื่อนไขอย่างหยาบ แต่สำหรับท่านที่ประสงค์ที่จะปฏิบัติธรรมเพื่อความบริสุทธิ์กาย วาจา และใจ เพื่อความสงบสุขยิ่ง ๆ ขึ้นไปอีก ท่านก็จะรักษาศีลข้อนี้ในระดับหรือขั้นกลาง และสูงหรือละเอียดยิ่งขึ้นไปอีก เป็นต้นว่า ท่านที่มีครอบครัวแล้ว ก็มีความสันโดษในคู่ครองของตน ไม่ล่วงประเวณีกับชายหรือหญิงอื่น แม้ชายหรือหญิงนั้นจะมีอิสระแก่ตัวก็ตาม และยิ่งกับผู้ที่ไม่มีอิสระแก่ตัว เช่น ชายหญิงที่มีภรรยาหรือสามีแล้วก็ดี หรือกับชายหญิงที่มีจารีตห้ามไว้แล้วก็ดี ก็ไม่ล่วงละเมิดแม้แต่ใจกระดิกคิดที่จะเสพ

นอกจากท่านจะไม่กระทำผิดเอง ท่านยังไม่ยุยงส่งเสริมให้ผู้อื่นกระทำผิด และไม่ยินดียินร้ายที่ผู้อื่นกระทำผิดโดยประการต่าง ๆ ที่กล่าวมาแล้วข้างต้นอีกด้วย เพราะโทษ

อันเกิดแต่ความผิดแม้จะเพียงเล็กน้อย เช่น ใจกระดิกคิดจะเสพ ก็เป็นเหตุให้ใจไม่สงบเสียแล้ว และมัวหมอง จึงยากที่จะกระทำใจให้ใสสะอาดบริสุทธิ์ และหยุดเป็นสมาธิที่แนบแน่นดีได้ ทำให้การเห็นอรรถเห็นธรรมยังไม่เที่ยงแท้ การเจริญปัญญาไม่ก้าวหน้าเท่าที่ควร ท่านเห็นโทษภัยแม้การล่วงละเมิดเพียงเล็กน้อยเหล่านั้นได้ชัดแจ้ง ท่านจึงเลิก ละ เสีย

ทีนี้เราลองมาพิจารณาดูให้ลึกซึ้ง ถ่องแท้ กัน ณ บัดนี้เลยว่า ทำไมคนเราจึงมักหมกมุ่นอยู่แต่ในกามกิเลสกันนัก ?

ก็เพราะความที่ไม่รู้ความจริงตามสภาพที่เป็นจริงของธรรมชาติ

ความจริงของธรรมชาติตามสภาพที่เป็นจริงนั้นอย่างไร ? เราท่านลองพิจารณาที่ตัวเราเองนี้สักนิดก็จะเห็นได้ ตัวเรานี้ประกอบด้วย**กาย**ส่วนหนึ่ง กับ**ใจ**อีกส่วนหนึ่ง

ส่วนที่เป็น**กาย**นั้น ยังประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่งหลายสิ่งหลายประการ แต่สิ่งที่เห็นชัด ๆ ก็คือส่วนที่เป็นของแข็ง ของเหลว อุณหภูมิ อากาศหรือแก๊ส และช่องว่างต่าง ๆ ภายในร่างกาย แต่ละส่วนที่ว่านี้เรียกว่า **ธาตุ** ซึ่งหมายถึง **สภาพดั้งเดิม** และสิ่งที่จะมาหล่อเลี้ยงให้เจริญเติบโตก็ประกอบด้วยธาตุต่าง ๆ ดังที่กล่าวมาแล้วนี้เหมือนกัน ปัจจัยเหล่านี้ประกอบกันขึ้นปรุงแต่งกันขึ้น ในสภาวะที่พอเหมาะ จึงทรงตัวอยู่ได้ ถ้าปัจจัยเหล่านี้เปลี่ยนแปลงหรือวิปริตแปรปรวนไป ก็เป็นเหตุให้ร่างกายโดยส่วนรวมเปลี่ยนแปลงไปด้วย ถ้ายังพอทรงตัวอยู่ได้ก็เพียงแต่ไม่สบายหรือเจ็บไข้ได้ป่วยต่าง ๆ แต่ถ้าไม่สามารถจะทรงตัวอยู่ได้ ก็แตกทำลายแล้วจะกลับคืนสู่สภาพเดิม คือ ธาตุต่าง ๆ เช่น ดิน น้ำ ไฟ ลม หรือนัยหนึ่ง เป็นของแข็ง ของเหลว อุณหภูมิและอากาศ ซึ่งเป็นสภาพเดิมของมันต่อไป นี้เป็นความจริงข้อหนึ่งเรียกว่า **อนิจจัง**

และส่วนที่เรียกว่ากายนั้น ถ้าจะพิจารณากันด้วยใจที่เป็นธรรมจริง ๆ ไม่หลอกตัวเองนะ จะเห็นว่าไม่มีส่วนไหนที่น่ารักน่าใคร่เลย มีแต่สิ่งที่เป็นปฏิกูล โสโครก น่าเกลียดทั้งสิ้น จงพิจารณาดูตั้งแต่ส่วนบนสุดคือ เส้นผม จนถึงส่วนล่างสุดคือฝ่าเท้า ไม่ว่าหญิงหรือชายล้วนแต่สิ่งสกปรกทั้งสิ้น ถึงจะชำระล้าง เช็ดถู ก็สะอาดอยู่แต่เพียงผิวเผิน และชั่วคราวเท่านั้น เพราะความสกปรกโสโครกนั้น ร่างกายมันขับถ่ายออกมาจากภายในอยู่ตลอดเวลา มีทั้งขี้หู ขี้ตา ขี้รังแค ขี้ฟัน เสมหะ เหงื่อไคล อุจจาระ ปัสสาวะ น้ำเหลือง มูก เลือดต่าง ๆ เพียงแต่ฟังชื่อนี่ก็ขยะแขยงพอดูอยู่แล้วนะ บางคำถึงกับต้องเลี่ยงภาษาเดิม เขาจะว่าไม่สุภาพ น่าเกลียด ถ้าเจอะของจริง ๆ น่ะ จะน่าสะอิดสะเอียนสักแค่ไหน แต่อาศัยที่ของบางอย่างซ่อนอยู่ภายในร่างกายบ้าง ภายในเสื้อผ้าบ้าง เครื่องประทินผิวบ้าง ก็พอค่อยน่าดูหน่อย เรียกว่า **อสุภ** คือเป็นสิ่งไม่งดงามอะไร แถมยังน่าเกลียดอีกด้วย นี้เป็นความจริงอีกข้อหนึ่ง

ทีนี้ยังต้องบำรุงรักษาเพื่อให้ปัจจัยปรุงแต่งเหล่านั้นมันอยู่ในสภาวะที่พอเหมาะไม่แตกทำลาย ต้องคอยหาอาหารบำรุงบำเรอให้มัน ต้องคอยเป็นห่วงเป็นใย เจ็บไข้ก็ต้องรักษา คือต้อง

เป็นทาสรับใช้มันอยู่ทุกขณะ เป็นทาสรับใช้แต่ตนคนเดียวยังไม่พอ หาเจ้านายมาเพิ่มอีก เพราะเห็นว่าน่ารักน่าใคร่ดี พอเผลอ ๆ อีกหน่อย เอ้า เกิดมาให้เป็นทาสรับใช้เขาเพิ่มขึ้นอีกแล้ว ต้องเป็นทุกข์เป็นร้อนกับมันทุกอย่างละซิทีนี้ ยิ่งรัก ยิ่งหวงแหน ยิ่งเป็นห่วง ก็ยิ่งทุกข์ เรียกว่า ยึดถือมาก ก็ทุกข์มาก ยึดถือน้อย ก็ทุกข์น้อย ถ้าไม่ยึดถือเลยก็ไม่ต้องทุกข์เลย ทีนี้เพราะเจ้าความรู้เท่าไม่ถึงการนี้แหละ มันจึงยึดถือ พระท่านเรียกว่า **อุปาทาน** ยังมีบางรายที่ฉลาดน้อยลงไปอีก ยึดตนเองและครอบครัวที่มีอยู่เดิมไม่พอ ยังแถมไปหาที่ยึดเพิ่มใหม่อีก เรียกว่า ไม่มีความสันโดษในคู่ครองของตน เพราะใจมันดิ้นรน แส่หา เห็นกงจักรเป็นดอกบัวเข้า ทีนี้ได้ทุกข์กันใหญ่เลย ปากก็คุยโม้ว่าเป็นสุขดี แต่ดูให้ดีเถอะ เห็นหน้าดำคันแทบทุกราย ต่อให้รวยแสนรวย ต่อให้สูงศักดิ์สูงตระกูลแค่ไหน ๆ ก็ทุกข์ด้วยกันทั้งนั้น เพราะอะไรล่ะ ? ก็เพราะมันเกิดปัญหาต่าง ๆ นานา ติดตามมาไม่หยุดหย่อนละซิ รายได้ชักจะไม่พอจับจ่ายใช้สอย นี่ว่าถึงคนจนนะ ที่รวย ๆ ก็เกิดปัญหาแย่งสมบัติกันอีก เกิดจากหึงหวง ทะเลาะเบาะแว้ง ไม่เป็นอันสันติสุขกันได้ บางรายก็ถึงกับวิวาท ประทุษร้ายกันด้วยวิธีการต่าง ๆ หรือถึงกับบ้านแตกสาแหรกขาดก็มี เป็นเหตุหนึ่งที่บุตรหลานต้องพลอยขาดความอบอุ่น เพราะขาดการดูแลเอาใจใส่ที่ควร และเป็นเหตุให้การศึกษาไม่ได้ผลดี กลายเป็นเด็กที่มีปัญหาหรือปมด้อย หมดหวังในชีวิต และกลายเป็นปัญหาทางสังคมและประเทศชาติ ให้ต้องเดือดร้อนแก้ไขเพิ่มมากขึ้น รวมความว่า **เป็นทุกข์** นี่เป็นความจริงอีกอย่างหนึ่ง

และผลสุดท้ายก็ต้องแก่เฒ่าและตายจากกันไป ไม่มีอะไรเป็นแก่นสารหรือตัวตนที่แท้จริงให้ยึดถือได้เลย เรียกว่า เป็น **อนัตตา** นี้ ก็เป็นความจริงอีกข้อหนึ่ง

กล่าวโดยสรุป ความจริงของธรรมชาติก็มีอยู่ว่า สรรพสิ่งทั้งหลายที่ประกอบขึ้นด้วยปัจจัยปรุงแต่งเช่นกายมนุษย์เรานี้ จะต้องอยู่ภายใต้กฎเกณฑ์ ๓ อย่างเสมอกันหมด คือ ย่อมเปลี่ยนแปลงสภาพไปตามเหตุปัจจัยอยู่เสมอ เรียกว่า **อนิจจัง** ถ้ายึดถือแล้วก็เดือดร้อนเป็นทุกข์ เรียกว่า **ทุกขัง** และผลสุดท้ายก็เสื่อมสลายหมดสภาพเดิมไป เรียกว่า **อนัตตา** คือไม่มีตัวตนที่แท้จริงให้ยึดถือได้ตลอดไป และนอกจากนี้ สำหรับสังขารร่างกายของคนเรา ถ้าหากจะพิจารณาให้เห็นตามความเป็นจริงแล้ว ก็จะไม่เห็นว่างดงาม น่ารักตรงไหนเลย มีแต่สิ่งปฏิกูลโสโครก น่าเกลียดทั้งนั้น เรียกว่า **อสุภ**

ทีนี้ใจเจ้ากรรม ด้วยขาดปัญญาเห็นแจ้งในความจริงของธรรมชาติที่กล่าวมานี้ จึงมักสร้างอารมณ์ต่าง ๆ ขึ้นมา และมักยินดีในอารมณ์ฝ่ายต่ำอีกด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่ง อารมณ์ยินดีในกามคุณทั้ง ๕ ได้แก่ รูป เสียง กลิ่น รส และการสัมผัส กับสิ่งที่ก่อให้เกิดความกำหนัดยินดีต่าง ๆ เป็นต้น ก่อให้เกิดกิเลส ตัณหา ครอบคลุมจิตใจให้ดิ้นรนแสวงหาพัสดุกามมาบำบัดความใคร่หรือกำหนัดยินดีเหล่านั้น และถ้าปล่อยใจตามอารมณ์โดยปราศจากการควบคุมหรือสังวรระวัง ก็ประพฤติปฏิบัติด้วยกาย วาจา อันเป็นอกุศล ก่อให้เกิดตัณหา และอุปาทาน

คือ การยึดติดในรสชาติแห่งกามและพัสดุกามเหล่านั้นซับซ้อนหนักยิ่งขึ้น อันเป็นผลให้เกิดทุกข์ติดตามมานุงนัง ดังที่กล่าวข้างต้น และใจนี้ก็ตกอยู่ในสามัญลักษณะ คือ เป็น อนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา เช่นเดียวกับกายเหมือนกัน

จึงขอย้ำว่า **เพราะขาดปัญญารู้แจ้งในความจริงของธรรมชาติ ใจจึงชอบแต่จะสร้างอารมณ์ให้กิเลสตัณหาเข้ามาย้อมหรือดลจิตดลใจให้หมกมุ่นในกิเลสกามอยู่เสมอ ถ้าปล่อยใจตามอารมณ์จนเกินพอดี ก็ย่อมเกิดทุกข์ตามมาอย่างไม่ต้องสงสัย**

เพราะฉะนั้น ท่านทั้งหลายจงพยายามทำใจให้หยุดให้นิ่ง ให้สงบ ด้วยการเจริญสมาธิ เมื่อสมาธิเกิดแนบแน่นดีแล้ว ก็ให้หมั่นพิจารณาความจริงของธรรมชาติดังที่ได้บรรยายมาแล้ว ก็จะสามารถเห็นความจริงเหล่านี้ได้โดยชัดแจ้ง จิตใจก็จะสงบ และสงัดจากกิเลส ตัณหา อุปาทาน อันเป็นเหตุแห่งทุกข์ ยิ่ง ๆ ขึ้นไปตามลำดับ กายและวาจาก็จะพลอยสงบไปด้วยไม่เป็นโทษ ทุกข์แก่ตนเองและผู้อื่น ก็จะมีแต่ความสันติสุขและร่มเย็นโดยทั่วหน้ากัน

ตอนที่ ๑๖ ศีลข้อที่สาม (ต่อ)

อานิสงส์ของการรักษาและโทษของการผิดศีล

การที่บุคคลมักชอบหมกมุ่นอยู่แต่ในกิเลสกามนั้น เป็นเพราะขาดปัญญารู้แจ้งในสภาวะที่แท้จริงของธรรมชาติที่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่งว่า เป็นอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา จึงชอบแต่จะสร้างอารมณ์ใคร่ ให้ตัณหา ราคะ เข้ามาครอบครองจิตใจ ดลจิตดลใจให้ใฝ่หาพัสดุกามเพื่อบำบัดความใคร่ของตนไม่หยุดหย่อน และหากประพฤติตามอำนาจของจิตที่มืดคลุ้มไปด้วยกิเลสกาม ก็จะเป็นทางไปสู่การประกอบอกุศลกรรมคือการประพฤติผิดในกามขึ้น อันเป็นผลให้เกิดโทษ ทุกข์ แก่ทั้งตนเองและผู้อื่น

วิธีป้องกันและแก้ไขการประพฤติผิดในกาม ก็กระทำได้โดย**การรักษาศีลข้อที่ ๓** นี้คือ เจตนางดเว้นการล่วงประเวณีกับบุคคลที่ไม่ควรล่วงละเมิดทั้งหมด ได้แก่ ชาย–หญิงที่มีภรรยาหรือสามีแล้ว หรือชาย–หญิงที่มีจารีตห้าม ได้แก่ นักบวช ภิกษุ สามเณร แม่ชี เป็นต้น นี้เป็นพื้นฐานสำคัญประการแรก ส่วนวิธีที่จะช่วยระงับความคิดที่ฟุ้งซ่านคอยแต่จะสร้างอารมณ์ที่เป็นอกุศล โดยเฉพาะอย่างยิ่ง อารมณ์กำหนัดยินดี อันก่อให้เกิดตัณหา ราคะ ใคร่ในพัสดุกาม ก็โดย**การเจริญสัมมาสมาธิ** หรือที่เรียกว่า "**สมถะ**" เพื่อให้ใจหยุด ใจนิ่ง และการที่จะกำจัดความไม่รู้ในสัจจธรรม ก็โดย**การเจริญวิปัสสนา** เพื่อให้เกิดปัญญารู้แจ้งในสภาวธรรมตามความเป็นจริง กล่าวโดยส่วนรวมก็เรียกว่า การเจริญ "**ภาวนาธรรม**" นั่นเอง

ทีนี้สาเหตุสำคัญอีกประการหนึ่งที่บุคคลมักหมกมุ่นอยู่แต่ในกิเลสกาม โดยเฉพาะอย่างยิ่งในเมถุนธรรมนั้น เป็นเพราะไม่เห็นหรือทราบโทษ ทุกข์ ที่จะติดตามมาแก่ตนเองและผู้อื่นอย่างถ่องแท้แน่ชัด จึงเห็นแต่ความสุขจากการเสพถ่ายเดียว หรืออาจจะเห็นโทษทุกข์บ้าง ก็เห็นแต่เพียงโทษ หรือทุกข์ อันเบาบางเล็กน้อย และในทางตรงกันข้าม ก็ไม่เห็นคุณหรืออานิสงส์ของการประพฤติดีประพฤติชอบด้วยการรักษาศีลข้อนี้อย่างแจ้งชัด ซึ่งจะได้บรรยายถึงทั้งคุณของการรักษาศีล และโทษของการผิดศีลข้อนี้พอเป็นเครื่องประดับสติปัญญาต่อไป

ผู้ที่รักษาศีลข้อนี้ให้บริสุทธิ์อยู่เสมอ ย่อมเป็นเหตุให้ได้คู่ครองที่ดี มีความรักมั่นคง ครอบครัวก็จะมีแต่ความอบอุ่น ไม่แตกร้าว มีบุตรก็จะอยู่ในโอวาท เชื่อฟังพ่อแม่เป็นอันดี นี่เป็นอานิสงส์หรือคุณค่าของการเจตนางดเว้นการประพฤติผิดในกามอย่างหยาบ ๆ ส่วนผู้ที่มุ่งหวังมรรค ผล นิพพาน หรือท่านที่เป็นพระอริยบุคคล ซึ่งทรงศีลบริสุทธิ์แม้เพียงเบญจศีล **อานิสงส์ของการรักษาศีล ย่อมสามารถช่วยให้ท่านรักษาศีล เจริญสมาธิและปัญญา สูงขึ้นไปอีก**

ได้ง่ายเข้า เพราะศีลที่บริสุทธิ์ ช่วยให้กายและวาจาสงบ ซึ่งพลอยให้ใจสงบจากนิวรณ์ธรรมและเป็นสมาธิได้ง่าย เป็นพื้นฐานให้การเจริญปัญญาสูงยิ่ง ๆ ขึ้นไปอีกได้ สามารถกำจัดกิเลส ตัณหา อุปาทาน อันเป็นเหตุแห่งทุกข์ได้มากกว่าผู้ที่ยังมีกาย วาจา และใจอันไม่บริสุทธิ์ นี้เป็นอานิสงส์หรือคุณค่าอย่างกลางและละเอียด

ทีนี้ เราลองมาพิจารณาถึง**โทษ ทุกข์ จากการหมกมุ่นอยู่ในกิเลสกาม จนถึงขั้นประพฤติผิดในกาม**ดูบ้าง ก็จะเห็นว่าได้รับผลตรงกันข้ามกับที่เป็นคุณจากการรักษาศีลนั่นเอง เป็นต้นว่า **มันเป็นเหตุให้ได้คู่ครองที่ไม่ดี ไม่ซื่อสัตย์ หรือมีความรักที่ไม่มั่นคง ครอบครัวมักเดือดร้อน ไม่อบอุ่น เป็นทางให้เกิดการแตกแยก ขาดสันติสุข** และหากจะเจริญภาวนา **ก็เกิดสมาธิและปัญญาได้ยาก** และประการที่สำคัญที่สุดก็คือ **เป็นเหตุให้เกิด โทษ ทุกข์ ทั้งแก่ตนเองและผู้อื่น**

ที่ว่าจะเป็นเหตุให้เกิด โทษ ทุกข์ แก่ตนเองนั้น **ผู้ที่ยังมีใจหมกมุ่นอยู่ในกิเลสมาก ๆ มักจะมองไม่เห็นความจริงข้อนี้** คือจะเห็นแต่**ความสุขจากการเสพกามเท่านั้น** โดยเฉพาะอย่างยิ่งในยุคปัจจุบัน **ผู้ที่หลงจมอยู่ในกิเลสกามจนถึงขั้นเห็นการประพฤติผิดในกามเป็นสิ่งธรรมดาจนหมดยางอาย** และ**กล้าแสดงออกซึ่งกามารมณ์อย่างเปิดเผยมากขึ้นทุกทีด้วยอาการต่าง ๆ ก็จะยิ่งมองไม่เห็นโทษ** หรือ**ทุกข์ที่จะติดตามให้ผลแก่ตนเองเลย**

โทษหรือทุกข์ที่พอจะสามารถมองเห็นได้ง่ายสักหน่อย สำหรับการประพฤติผิดในกามก็คือ การที่ต้องเสียเวลาและทรัพย์สินเงินทองไปในทางที่หาสารประโยชน์อันใดมิได้ เพียงเพื่อให้ได้บำบัดความใคร่เป็นการชั่วคราว แล้วก็เกิดตัณหา ราคะต่อ ๆ ไปอีกไม่มีที่สิ้นสุด แทนที่จะใช้เวลาและทรัพย์สินเงินทองเหล่านั้นไปในทางที่จะก่อให้เกิดประโยชน์อย่างแท้จริงแก่ตนเอง แก่ครอบครัว หรือแก่สังคม ประเทศชาติ ผู้ที่มีรายได้หรือทรัพย์สินน้อย ครอบครัวก็จะพลอยได้รับความกระทบกระเทือนฐานะทางเศรษฐกิจจากพ่อบ้านหรือแม่เรือนที่ทุศีล ผู้ที่มีทรัพย์มากก็ไม่วายที่จะประสบความยุ่งยากเดือดร้อนในปัญหาต่าง ๆ ที่ตามมาไม่หยุดหย่อน เป็นต้นว่า การทะเลาะเบาะแว้ง หึงหวง ไม่ไว้วางใจซึ่งกันและกัน บ้างก็ประทุษร้ายกันเป็นเหตุให้เกิดทุกข์ซับทุกข์ซ้อนต่อ ๆ ไปอีก ดังท่านผู้ฟังจะได้ยินข่าวจากสื่อมวลชนอยู่เสมอ ๆ แปลว่าถึงอย่างไรก็หาความสงบสุขที่แท้จริงไม่ได้ เข้าตำรา "**รักสนุกก็ทุกข์สนัด (ถนัด)**" นั่นแหละ นอกจากนี้ **การประพฤติผิดในกามยังเป็นทางให้เสื่อมเสียเกียรติยศชื่อเสียง นับเป็นความอัปมงคลอย่างยิ่ง** และถ้าจะสังเกตดูให้ดี จะเห็นว่า**ฐานะทางด้านกิจการงานก็มักพลอยเสื่อมโทรม ไม่ก้าวหน้าเพราะความอัปมงคล**ดังกล่าวอีกด้วย

โทษทุกข์อีกประการหนึ่ง สำหรับผู้ที่ประกอบอกุศลกรรมข้อกาเมสุมิจฉาจารนี้ เป็นต้นว่า การฉุดคร่า อนาจารต่าง ๆ ล่อลวงข่มขืน หรือล่วงประเวณีเหล่านี้ **มักจะไม่พ้นเวรกรรมติดตาม**

สนองแก่ตนเอง และครอบครัวหรือบุตรภรรยา อันเป็นที่รักของตนเอง ในทำนองโรคติดต่ออีกด้วย

และประการสำคัญที่สุดของผู้ประพฤติผิดในกาม หรือหมกมุ่นอยู่แต่ในกิเลสกามจนเกินขอบเขต ย่อมเป็นเหตุให้จิตใจเศร้าหมองไม่ผ่องใสด้วยกามกิเลสหรือตัณหาราคะ เมื่อกายเนื้อแตกทำลายไป จิตที่ทำหน้าที่สืบต่อก็จะพกเอาเวรกาเมสุมิจฉาจารนั้นติดไปด้วย เป็นผลให้ไปเกิดในทุคติภูมิ คือ ที่ไม่สบาย เช่น สัตว์นรก หรือสัตว์ดิรัจฉาน เป็นต้น ดังที่พระพุทธองค์ได้ตรัสไว้ว่า **จิตฺเต สงฺกิลิฏฺเฐ ทุคติ ปาฏิกงฺขา** แปลความว่า **เมื่อจิตเศร้าหมองแล้ว ย่อมมีทุคติเป็นที่หวัง**

ซึ่งต่อไปนี้จะขอยกตัวอย่างประสบการณ์จากการเจริญภาวนาธรรมสู่ท่านผู้ฟังพอเป็นเครื่องประดับสติปัญญาดังต่อไปนี้ คือ ในหมู่ผู้ปฏิบัติภาวนาธรรมที่สูง ๆ ที่มีอภิญญาหรือวิชชาที่สามารถจะระลึกชาติของตนเองและผู้อื่นได้ และสามารถจะรู้จุติหรือกำเนิดของสัตว์ได้เท่าที่ได้ยินได้ฟังมา ท่านเหล่านั้นมักจะตรวจพบด้วยญาณว่า **ผู้ที่หมกมุ่นอยู่แต่ในกิเลสกาม** หรือ **ผิดศีลข้อกาเมสุมิจฉาจารนั้น เมื่อตายไปมักจะได้กำเนิดเป็นสัตว์นรก** หรือ **สัตว์ดิรัจฉาน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง คือเป็นสุนัข มากต่อมาก** เรียกว่าแทบทุกรายทีเดียว และกว่าจะพ้นเวรจากนรกหรือจากการที่ต้องเกิดเป็นสุนัข ก็กินเวลานานหลายภพหลายชาติทีเดียว **เมื่อพ้นเวรจากทุคตินี้แล้ว แม้ได้เกิดเป็นมนุษย์อีก ก็ยังไม่หมดเวรเสียทีเดียว ยังจะต้องมาเกิดเป็นหญิงโสเภณีอีกหลายภพหลายชาติ เมื่อระดับจิตสูงขึ้นพอจะพ้นเวรอย่างกลาง ๆ นั้นแล้ว ยังจะต้องได้เกิดมาเป็นกระเทยอีกหลายชาติเหมือนกัน เมื่อระดับจิตสูงขึ้นพอจะพ้นเวรที่เบาบางนี้แล้ว จึงจะได้บังเกิดเป็นหญิงธรรมดา** และเป็นเพศชายต่อไปอีกตามลำดับ และในระหว่างที่ยังได้รับผลกรรมจากเวรกาเมอยู่นั้น หากระดับจิตต่ำลงไปอีกในช่วงใด แทนที่จะได้พัฒนาสูงขึ้นมาก็กลับตกต่ำลงไปอีก วนเวียนอยู่ในกิเลสวัฏฏ์ กรรมวัฏฏ์ และ วิบากวัฏฏ์อยู่อย่างนั้นแหละ บัณฑิตเขาจึงกลัวความไม่รู้ หรือที่เรียกว่า **อวิชชา** กันนัก และมุ่งเจริญภาวนาเพื่อให้เกิดวิชชาและปัญญารู้แจ้งให้มากที่สุด ที่ได้ยกตัวอย่างมานี้ ท่านไม่จำต้องเชื่อหรือไม่เชื่อในทันที ขอเพียงแต่ว่าหากท่านประสงค์จะทราบความจริงในข้อเหล่านี้ ก็จงตั้งใจปฏิบัติธรรม โดยการรักษาศีลให้บริสุทธิ์ หมั่นเจริญภาวนาให้ใจหยุด ใจนิ่ง เป็นสมาธิแนบแน่นดี ด้วยวิธีการที่เหมาะสม แล้วก็จะสามารถรู้เห็นข้อเท็จจริงดังกล่าวนี้ได้ด้วยตัวของท่านเอง

นี่แหละท่านทั้งหลาย ถ้าหากกระทำกาย วาจา ใจ ให้บริสุทธิ์ ด้วยการรักษาศีล เจริญสมาธิและปัญญา ตามวิธีที่ถูกต้องเป็นสัมมาทิฏฐิแล้ว ก็จะสามารถเห็นโทษภัยของกามกิเลสได้ชัดแจ้งตามระดับคุณธรรมที่ปฏิบัติได้

ฉะนั้น จึงขอให้ท่านสาธุชนที่ปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบอยู่แล้ว จงหมั่นรักษาความดีหรือบุญกุศลนั้นตลอดไป และขออนุโมทนาด้วย ส่วนท่านที่เผลอจิตเผลอใจไปแล้ว ก็ไม่สายที่จะ

กลับตัวกลับใจประพฤติดี ประพฤติชอบ เป็นการตั้งต้นชีวิตใหม่ ด้วยกาย วาจา และใจที่ใสสะอาดบริสุทธิ์กว่าเก่า เมื่อหมั่นประกอบกรรมดีด้วยการเจริญภาวนาและรักษาศีลมาก ๆ เข้า จนบุญนำหน้าบาปอกุศลแล้ว กุศลกรรมก็จะให้ผลก่อน ก็จะได้รับผลเป็นความร่มเย็นเป็นสุขด้วยความสงบต่อไป

ตอนที่ ๑๗ ศีลข้อที่สี่
ความหมายขององค์ศีล อานิสงส์ของการรักษา และโทษของการผิดศีล

ต่อไปนี้จะได้กล่าวถึงการรักษาศีลข้อที่ ๔ คือ **มุสาวาทา เวรมณี** ซึ่งหมายถึง **เจตนางดเว้นจากการกล่าวคำเท็จ** ศีลข้อนี้มีองค์ ๔ หรือประกอบด้วยเงื่อนไข ๔ ประการ คือ

๑. **อตถํ วตฺถุ** เรื่องที่พูดเป็นเรื่องที่ไม่เป็นจริงหรือไม่มีจริง

๒. **วิสํวาทนจิตฺตํ** จงใจจะพูดให้ผิดไปจากความจริง

๓. **ตชฺโช วายาโม** พูดคำนั้นออกไป

๔. **ปรสฺส ตทตฺถวิชานนํ** ผู้ฟังเข้าใจความหมายเหมือนอย่างที่พูดออกไปนั้น

ที่กล่าวมานี้เป็นความหมายอย่างหยาบ อันหมายถึงการกล่าวถ้อยคำที่ไม่เป็นจริงหรือไม่มีจริง เพื่อหลอกลวงผู้อื่นให้หลงเข้าใจผิด ทำให้เขาเสียประโยชน์ แต่ในความหมายอย่างกลางและอย่างละเอียดย่อมกินความถึง

– ทั้งกิริยาและวาจาที่เป็นเท็จ วาจาไม่ตรงกับกิริยา แม้นกิริยา วาจาก็ไม่ตรงกับใจ

– การทนสาบาน การทำเล่ห์กระเท่ห์ มารยาต่าง ๆ ตลอดทั้งการเสริมความ การอำพราง

– วาจาที่ไม่ชอบด้วยธรรม ไม่ชอบด้วยวินัย ไม่ชอบด้วยกฎหมายของบ้านเมือง และรวมตลอดไปถึงวาจาทุจริตหรือวาจาทุพภาษิตอื่น ๆ อีกด้วย โดยเฉพาะอย่างยิ่ง วาจาส่อเสียดหรือกิริยาวาจาที่ยุให้รำตำให้รั่ว ยุแยกให้แตกความสามัคคีในหมู่คณะ ในสังคมประเทศชาติและศาสนา

– กิริยาวาจาที่ชอบให้ใช้อาญา พาให้จับศาสตราวุธประหัตประหารกัน เป็นต้น

นอกจากนี้ สำหรับพระอริยบุคคล หรือผู้ปฏิบัติธรรมขั้นสูง ๆ ท่านก็จะงดเว้นการกล่าววาจาสำราก เพ้อเจ้อ เหลวไหล ไร้สาระ ไม่เป็นประโยชน์ วาจาที่หยาบคาย รุนแรง แข็งกระด้าง ด่าทอ กระโชกโฮกฮาก คำพูดที่ตลกคะนอง ยั่วเย้าให้หมองหมาง ทำให้ผู้อื่นเก้อเขินกระดากอาย เป็นต้น

ที่ท่านห้ามไว้ดังนี้ ก็เพื่อให้ทุกคนยึดมั่นในคำสัตย์ ซื่อตรงต่อกัน ไม่ให้ก่อความเดือดร้อนแก่ผู้อื่นด้วยกิริยา วาจา เพราะใคร ๆ ก็ชอบและนับถือความจริง และคนพูดจริงด้วยกันทั้งนั้น เมื่อไปพูดคำเท็จเข้า อาจทำให้เขาเข้าใจผิด หรือเสียประโยชน์อย่างใหญ่หลวงได้

วจีทุจริต หรือวาจาทุพภาษิตนั้น ย่อมเป็นภัยแก่ทั้งตนเองและผู้อื่น เป็นอัปมงคลแก่ผู้พูด พระพุทธองค์จึงได้ทรงแสดงโทษไว้ในสัพพลหุสสูตรว่า "พูดปด พูดส่อเสียด พูดหยาบ และพูดเพ้อเจ้อ เมื่อบุคคลพูดจนเคยชินติดปากมากแล้ว ย่อมเป็นทางให้เกิดในนรก ในกำเนิดดิรัจฉานและในเปรตวิสัย ครั้นเกิดมาเป็นมนุษย์แล้ว จะถูกกล่าวตู่เพราะพูดปด จะถูกยุแหย่ให้แตกแยกจากกันเพราะพูดส่อเสียด จะได้ยินแต่คำไม่ถูกหูเพราะพูดคำหยาบ และไม่มีใครเชื่อถือในถ้อยคำ หรือจะได้ยินแต่คำอัปมงคลเพราะพูดเพ้อเจ้อ"

ส่วนผู้ที่รักษาศีลข้อนี้ได้ จะเป็นเหตุให้มีคำพูดเป็นที่น่าเชื่อถือ มีเสียงไพเราะ ไม่มีกลิ่นปาก เป็นต้น

เมื่อเข้าใจดั่งนี้แล้ว ก็จงหมั่นรักษาศีลของตนให้บริสุทธิ์และบริบูรณ์ดี และหมั่นเจริญภาวนา เพื่อความบริสุทธิ์กาย วาจา และใจให้ยิ่ง ๆ ขึ้นไป ก็จะประสบแต่ความสันติสุขและร่มเย็นสมปรารถนา

ตอนที่ ๑๘ ศีลข้อที่ห้า
ความหมายขององค์ศีล อานิสงส์ของการรักษา และโทษของการผิดศีล

บัดนี้จะได้กล่าวถึงการรักษาศีลข้อที่ ๕ ต่อไป ศีลข้อนี้คือ **สุราเมรยมชฺชปมาทฏฐานาเวรมณี** ซึ่งหมายความถึง **เจตนางดเว้นจากการดื่มน้ำเมา คือสุราเมรัยอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท** สิกขาบทนี้ประกอบด้วยเงื่อนไขหรือองค์ ๔ คือ

๑. **มทนียํ** ของที่ดื่ม เป็นของที่ทำให้มึนหรือเมาได้ เช่น สุรา เบียร์ น้ำตาลเมา เป็นต้น ทั้งนี้ รวมถึงยาหรือสิ่งเสพติดมึนเมาอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาทอื่น ๆ อีก เช่น กัญชา ฝิ่น เฮโรอิน มอร์ฟีน โคเคน ฯลฯ เป็นต้น

๒. **ปาตุกมฺยตาจิตฺตํ** จงใจจะดื่มหรือเสพโดยวิธีใด ๆ

๓. **ตชฺโช วายาโม** ดื่มน้ำนั้นเข้าไป หรือเสพสิ่งมึนเมานั้นเข้าไป

๔. **ปีตปฺปเวสนํ** น้ำที่ดื่มนั้นไหลล่วงลำคอเข้าไป หรือสิ่งที่เสพนั้นเข้าไปในร่างกาย

ของมึนเมาเหล่านี้ เมื่อดื่มหรือเสพเข้าไปแล้ว จะทำให้ครองสติไว้ไม่ได้ ทำให้จิตใจอ่อนแอ ทำในสิ่งที่ไม่เคยทำได้ พูดในสิ่งที่ไม่เคยพูดได้ พ่อแม่ฆ่าลูก–หรือลูกฆ่าพ่อแม่ได้ และสามารถล่วงละเมิดศีลข้ออื่นได้ทุกข้อโดยง่ายดาย ท่านจึงว่าเป็นที่ตั้งแห่งความประมาทแท้

อนึ่ง ท่านกล่าวถึงโทษในการเสพของมึนเมาเหล่านี้ไว้หลายสถาน คือ ทำลายทรัพย์สมบัติให้เสียไปโดยใช่เหตุ เป็นเหตุให้เกิดการทะเลาะวิวาทกัน โรคภัยไข้เจ็บก็เบียดเบียนได้ง่าย เพราะอำนาจของสิ่งเสพติดมึนเมาเหล่านี้มักบั่นทอนกำลังกายและสติปัญญาให้ลดน้อยลง ความคิดความอ่านก็เฉื่อยชา ไม่ทันคน ไม่ทันเหตุการณ์ สติปัญญา ความคิดความอ่านไหวพริบที่เคยเปรื่องปราดก็เสื่อมสิ้นไป กลายเป็นคนเฉื่อยชา มีชีวิตอยู่ไปวันหนึ่ง ๆ เหมือนตอไม้ที่ผุ รอเวลาสึกกร่อนไปเพราะแดด ลม และฝน ทำให้เสียชื่อเสียง ขาดความเชื่อถือ ไม่ใคร่จะมีคนคือยากคบหาสมาคมด้วย เพราะมักทำในสิ่งที่ไม่น่าจะทำ

เพราะของมึนเมามีโทษมากดั่งนี้ ท่านจึงห้ามไว้

ความจริง โทษของสิ่งเสพติดมึนเมาทั้งหลายที่กล่าวมานี้ แทบทุกท่านย่อมทราบกันดีอยู่แล้ว ในโรงเรียนก็มีสอนกันมาแล้วตั้งแต่การศึกษาในชั้นประถม แต่ทำไมบุคคลจึงมักนิยมเสพกันนัก นี่เป็นปัญหาที่น่าคิด ทีนี้หากจะพิจารณากันถึงต้น เหตุของปัญหาเหล่านี้แล้ว ก็จะเห็นว่า เพราะ "**อวิชชา**" คือ **ความไม่รู้โทษ ทุกข์ อย่างถ่องแท้ของการเสพหรือติดของมึนเมาเหล่านี้ ว่าจะเป็นเหตุให้เกิดทุกข์แก่ตนเอง แก่สังคมและประเทศชาติอย่างไร**นั่นเอง คือหมายความ

ว่า ถ้ารู้แจ้งเห็นจริงในโทษและทุกข์ของสิ่งเสพติดมึนเมาเหล่านี้ละก็ ไม่เสพกันหรอก **ที่ว่ารู้ ๆ นั้น เป็นแต่เพียงความรู้ผิวเผิน ไม่แจ่มแจ้ง จึงหลงทดลอง แล้วก็เสพจนติด และได้รับผลเป็นทุกข์ ต่อเมื่อรู้ตัวก็มักจะสายเกินแก้ไปเสียแล้ว**

ที่ว่าไม่รู้จักโทษ ทุกข์ ที่แท้จริงของสิ่งเสพติดมึนเมาเหล่านี้นั้น พอจะแยกกล่าวได้ดังต่อไปนี้

ประการแรก เพราะความไม่รู้โทษหรือทุกข์ที่จะติดตามให้ผลต่อไปอย่างแจ้งชัด เป็นเหตุให้บุคคลทดลองเสพ เริ่มแรกก็เสพสิ่งที่เห็นว่าเป็นโทษหรืออันตรายแต่เพียงเล็กน้อยเสียก่อน เช่น บุหรี่ กัญชา เบียร์ หรือสุราผสมเครื่องดื่มอย่างอื่นแต่เพียงอ่อน ๆ เป็นต้น แล้วก็เสพแต่เพียงเล็กน้อย ก็ยังไม่รู้สึกว่าจะเกิดโทษ ทุกข์ อย่างไร ในทางตรงกันข้าม กลับมองเห็นว่าโก้เก๋ดีหรือสนุกครึกครื้นดีเสียอีก เมื่อเคยเสพติดแล้วเกิดพอใจในความสนุกครึกครื้นหรือความหลงว่าโก้เก๋ดีเหล่านั้น จึงเป็นเหตุให้เสพครั้งต่อ ๆ ไปอีก ยิ่งเพิ่มปริมาณความถี่ในการเสพ และยิ่งเสพของมึนเมาที่แก่ ๆ จัด ๆ ขึ้นไปอีก เพราะร่างกายเริ่มเกิดความเคยชินในปริมาณสิ่งเสพติดในระยะแรก ๆ และเคยชินต่อการถูกกระตุ้นด้วยสิ่งเสพติดเหล่านี้ จึงเกิดความต้องการถูกกระตุ้นอีก และเพิ่มปริมาณหรือความแก่ดีกรีของสิ่งเสพติดยิ่ง ๆ ขึ้นไปอีกตามลำดับ หนัก ๆ เข้าก็ติด คือ ละไม่ได้ เพราะร่างกายต้องการ

เมื่อติดแล้ว ชักเริ่มเห็นโทษภัยของมันบ้างหละทีนี้ เพราะเริ่มประสบปัญหาที่ติดตามมานับนานาประการ เป็นต้นว่า กระทบกระเทือนฐานะทางเศรษฐกิจ ร่างกายและสติปัญญาเริ่มเสื่อมโทรมลง มีปัญหาในหน้าที่กิจการงานหรือการศึกษาเล่าเรียน มีปัญหาในครอบครัว และอื่น ๆ อีกมาก แต่พอถึงขั้นนี้แล้ว **แม้จะมองเห็นโทษ ทุกข์ที่ตามมา อยากจะเลิกจะละเสีย ก็ทำได้ยากเสียแล้ว เพราะร่างกายและจิตใจได้ตกเป็นทาสของมันเสียแล้ว จึงขาดอิสระที่จะกลับตัวกลับใจ จิตใจมีแต่ความอ่อนแอ มักอภัยให้กับความชั่ว มักแก้ตัวให้กับตัณหาคือความอยากเสพเรื่อยไป จึงก้าวลึกลง ๆ จมดิ่งลงไป ๆ ประดุจดังก้อนศิลาที่ตกลงไปในบ่อที่ไม่มีก้น**

นี่เพราะเหตุที่ไม่รู้แจ้งในโทษ ทุกข์อันแท้จริงที่จะติดตามมาจึงทดลองเสพ โดยเริ่มจากน้อยไปหามาก จากอ่อนไปหาแก่ แล้วก็ติด

ประการที่สอง เพราะความรู้เท่าไม่ถึงการดังที่กล่าวข้างต้น และหลงยึดถือในค่านิยมที่ผิด ๆ จึงเอาอย่างกัน เพื่อนเอาอย่างเพื่อน เด็กเอาอย่างผู้ใหญ่ เพราะเห็นตัวอย่างที่บุคคลอื่นเขาเสพกันว่าเป็นที่สนุกสนานครื้นเครงดี โก้เก๋ดี ก็ทดลองเสพมั่ง หรือถูกชักชวนจากเพื่อนฝูงที่ประสงค์จะมีพรรคพวกประเภทเดียวกันมาก ๆ จะได้ดูเหมือนว่าการเสพสิ่งเสพติดมึนเมาที่ตนได้ประพฤติไปแล้วนั้นไม่เห็นจะชั่วร้ายอะไร เพราะคนอื่น ๆ ก็เสพกันถมไป เข้าตำราสุนัขจิ้งจอกหางด้วนอย่างนั้นแหละ นอกจากนี้ยังมีการสร้างค่านิยมผิด ๆ ขึ้นมาเพื่อชักจูงผู้อื่น หรือเพื่อแก้ตัวให้กับความชั่วของตน เป็นต้นว่า คนที่สูบบุหรี่หรือดื่มสุราไม่เป็น จะทำให้เป็นคนเข้าสังคม

ไม่ได้ ทั้ง ๆ ที่ไม่เป็นความจริงแต่ประการใดเลย เพราะในงานเลี้ยงย่อมมีเครื่องดื่มที่มิใช่สิ่งมึนเมาให้ด้วย และไม่เห็นมีใครรังเกียจคนไม่เสพสิ่งเสพติดมึนเมา เว้นแต่ในหมู่ผู้ที่นิยมเสพด้วยกันเท่านั้น บางสังคมก็ถือกันว่าผู้ที่ไม่สูบบุหรี่หรือดื่มสุราไม่ใช่ลูกผู้ชาย เป็นคนหน้าตัวเมีย หรือไม่รักเพื่อนจริงอะไร ๆ เหล่านี้เป็นต้น ทีนี้ สำหรับผู้ที่มีจิตใจอ่อนไหว ขาดความเชื่อมั่นในตนเอง และขาดความพินิจพิจารณาในเหตุและผล ก็จะตามเขาโดยง่าย และตกเป็นทาสของสิ่งเสพติดต่อ ๆ กันไปมากยิ่งขึ้น

ตอนที่ ๑๙ ศีลข้อที่ห้า (ต่อ)

อานิสงส์ของการรักษา และโทษของการผิดศีล

ต่อไปนี้จะได้กล่าวถึงสาเหตุที่สำคัญของการเสพสิ่งเสพติดอีกสองข้อ คือ **เพราะความรู้เท่าไม่ถึงการในโทษ ทุกข์ อันจะเกิดแก่ทั้งตนเองและผู้อื่น จึงผลิตสิ่งเสพติดขึ้นจำหน่าย และมีการโฆษณาชักจูงให้มีการเสพด้วยวิธีการต่าง ๆ ด้วยความโลภหรือเห็นแก่อามิส สินจ้างที่ได้รับแต่ฝ่ายเดียว**

และสาเหตุอีกประการหนึ่งที่บุคคลไม่งดเว้นจากการเสพสิ่งเสพติดเหล่านี้ **ก็เพราะไม่ทราบอานิสงส์หรือคุณของการงดเว้นจากการเสพสิ่งเสพติดมึนเมาเหล่านี้ ว่ามีอย่างไรนั่นเอง**

อานิสงส์หรือคุณค่าของการรักษาศีลข้อสุราเมรัย หรือสิ่งเสพติดมึนเมาอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาทนี้ก็คือ เป็นเหตุให้เป็นผู้มีสติมั่นคง ไม่หลงลืม เป็นผู้มีปัญญาเฉียบแหลม เฉลียวฉลาด เป็นต้น

ทีนี้ ส่วนที่ว่า โทษหรือทุกข์ อันจะติดตามมาแก่ผู้เสพ ผู้ผลิต ผู้จำหน่าย ผู้โฆษณาชักจูงให้มีการเสพด้วยประการต่าง ๆ นั้นพอจะพิจารณาเห็นได้ดังต่อไปนี้

ประการแรก การทดลองเสพ แม้แต่เพียงเล็กน้อยในระยะเริ่มต้น หรือเสพสิ่งมึนเมาที่เห็นว่ามีโทษน้อย ๆ เป็นต้นว่า บุหรี่ กัญชา เบียร์ หรือสุราผสมเครื่องดื่ม ด้วยเข้าใจว่า ไม่มีโทษร้ายแรงอะไรนั่นแหละ ที่นำไปสู่การเสพเพิ่มทั้งปริมาณ ความถี่ และดีกรีของความมึนเมามากขึ้น ๆ และเป็นทางที่จะก่อให้เกิดโทษมากยิ่งขึ้นตามลำดับ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง เมื่อติดสิ่งเสพติดมึนเมาและให้โทษเหล่านี้แล้ว ทีนี้แม้จะเห็นโทษ ภัยของสิ่งเสพติดเหล่านั้นได้ชัดแจ้งกว่าก่อน เพราะได้รับทุกข์ทรมาน หรือต้องประสบกับปัญหาที่ติดตามมานับนานาประการ ก็ยากที่จะเลิกหรือละได้ เพราะทั้งร่างกายและจิตใจได้ตกเป็นทาสของยาเสพติดนั้น ๆ เสียแล้ว จิตใจจึงไม่มีอิสระพอที่จะกลับตัวกลับใจเพื่อประกอบกรรมดี คือละเว้นการเสพได้

ประการที่สอง ผู้เสพสิ่งเสพติดมึนเมาทั้งหลาย ตลอดทั้งผู้โฆษณาชักจูงให้ผู้อื่นเสพด้วยวิธีการต่าง ๆ หรือผู้สร้างค่านิยมผิด ๆ เพื่อปกป้องความชั่วให้กับการเสพสิ่งเสพติดให้โทษด้วยความหลงมัวเมา หรือรู้เท่าไม่ถึงการในโทษ ทุกข์อันจะเกิดแก่ทั้งตนเองและผู้อื่นนั้น ได้ชื่อว่าเป็นตัวอย่างที่เลว เป็นผู้แจกอธรรม หรือผู้นำทางผิดแก่คนอื่น ย่อมนับเป็นบุคคลที่มีปัญญาอันมืดบอด ที่นำทางไปสู่ความมืด จึงต้องได้รับผลกรรมทั้งในส่วนที่ตนเองประกอบขึ้นโดยตรงคือเสพ และในส่วนที่ผู้อื่นเสพตาม ตามความหนักเบาแห่งกิเลส หรือบาปอกุศลที่ตนก่อกรรมขึ้นนั้น

ประการที่สาม การเสพสิ่งเสพติดมึนเมา อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาททั้งหลาย จะก่อให้เกิดปัญหาซ้อนปัญหาทับทวีขึ้นมานานาประการ แก่ตนเอง แก่ครอบครัว สังคมและประเทศชาติ เป็นต้นว่า สิ่งเสพติดมึนเมา มีอำนาจในทางทำลายสมรรถภาพทางร่างกายและจิตใจของผู้เสพให้เสื่อมโทรมลง ตามขนาดของโทษของสิ่งเสพติดเหล่านี้และตามปริมาณที่เสพหรือติด จึงทำให้ผู้เสพขาดสมรรถภาพในทางสร้างสรรค์ พัฒนาฐานะของตนเอง เด็กในวัยศึกษาเล่าเรียน ก็มีปัญหาทางด้านการศึกษาไม่ได้ผลดีเท่าที่ควรหรือไม่สำเร็จ ผู้ใหญ่ที่ประกอบหรือสามารถประกอบกิจการงานได้ ก็มีปัญหาความเสื่อมสมรรถภาพหรือมีปัญหาในกิจการงานและฐานะทางเศรษฐกิจของตนเองและครอบครัว อันกระทบกระเทือนถึงสังคมและประเทศชาติโดยส่วนรวมด้วยเป็นอย่างมาก

ผู้ติดสิ่งเสพติดมึนเมา มักขาดหิริ โอตัปปะ หรือสติสัมปชัญญะ เพราะอำนาจมึนเมาของสิ่งเสพติดเหล่านั้น จึงทำให้คนดีกลับกลายเป็นคนชั่วได้ง่าย คนที่เคยซื่อสัตย์ก็อาจกลายเป็นคนขี้โกหกหรือคดโกงได้ คนที่เคยมีความเมตตากรุณาต่อเพื่อนมนุษย์ ก็อาจจะกลับกลายเป็นคนพาล เกะกะ เกเร หรือทารุณโหดร้ายได้ ดังจะเห็นได้จากการประกอบอาชญากรรมที่เกิดขึ้นอย่างดกดื่นในทุกวันนี้ มีสาเหตุสำคัญประการหนึ่ง คือการติดสิ่งเสพติดให้โทษ แล้วไม่มีทางจะหารายได้มาใช้จ่ายในการเสพได้ด้วยวิธีการสุจริต ก็หันไปประกอบอาชญากรรม หรืออาชีพที่ทุจริตต่าง ๆ เป็นต้น

อำนาจของสิ่งเสพติดมึนเมายังทำให้ผู้ที่เคยมีสติปัญญาเฉียบแหลม ต้องกลับกลายเป็นคนโง่ ทึ่ม ซึมเซา ความประพฤติปฏิบัติที่น่าละอาย ก็สามารถจะกระทำได้โดยง่าย จิตใจที่เคยเข้มแข็ง อดกลั้นต่อกิเลสตัณหาได้ ก็มักกลับกลายเป็นอ่อนแอ ตกเป็นทาสของกิเลสอย่างง่ายดาย อำนาจของสิ่งเสพติดให้โทษ สามารถจะดลจิตดลใจให้ผู้เสพดำเนินชีวิตไปสู่ความเสื่อมทุกด้าน ทั้งในทางโลกและทางธรรม เรียกว่าสามารถทำให้คนดีกลับกลายเป็นคนชั่วได้ทุกขนาน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง สามารถล่วงละเมิดศีลได้ทุกข้อ

ปัญหาที่กล่าวนี้ นอกจากจะเกิดโทษ ทุกข์แก่ผู้เสพโดยตรงแล้ว ยังเป็นทางให้เกิดปัญหาแก่ครอบครัว สังคม และบ้านเมือง อย่างมากมาย ทำให้รัฐต้องสูญเสียงบประมาณรายจ่ายไปเพื่อแก้ปัญหาทั้งหลายเหล่านี้ปีละมาก ๆ แทนที่จะได้นำไปสร้างสรรค์หรือพัฒนากิจการบ้านเมืองให้บังเกิดประโยชน์อย่างแท้จริงและโดยตรงต่อประชาชนผู้เสียภาษี

ด้วยเหตุนี้ **ประเทศจักรวรรดินิยมทั้งหลาย จึงมักอาศัยอบายมุขต่าง ๆ** เป็นต้นว่า **ให้มีการผลิต จำหน่าย และเสพสิ่งเสพติดมึนเมาเหล่านี้** โดยเฉพาะอย่างยิ่งเบียร์ สุรา **ตลอดทั้งให้มีแหล่งอบายมุขต่าง ๆ** เช่นการเล่นการพนัน หรือแหล่งสำราญทางกาม **โดยเสรีในประเทศที่ตนได้เข้าครอบครองแล้ว หรือส่งเสริมให้มีการกระทำดังกล่าวโดยทางอ้อมในประเทศที่ตนประสงค์จะเข้าครอบครอง เป็นมาตรการสำคัญเพื่อมอมเมาประชาชนของประเทศนั้น ๆ ให้อ่อนกำลังทั้งทาง**

ด้านร่างกาย จิตใจ และระดับสติปัญญา จนไม่สามารถต่อต้านการครอบครองของประเทศจักรวรรดินิยมที่คอยจ้องหรือหาทางเข้าครอบครองได้

ปัญหาที่กล่าวนี้ นับเป็นปัญหาที่ใหญ่ยิ่งที่รัฐบาลและผู้มีหน้าที่เกี่ยวข้องจะพึงศึกษาให้รอบคอบและจริงจัง และให้มีการป้องกันการผลิต จำหน่าย โฆษณา และการเสพสิ่งเสพติดให้โทษทุกชนิดอย่างมีประสิทธิภาพ และเป็นปัญหาที่แต่ละบุคคลจะพึงเข้าใจ และประพฤติปฏิบัติให้ถูกต้อง เพื่อการดำเนินชีวิตของตนเองและครอบครัวอย่างสันติสุข

ผลร้ายจากการติดสิ่งเสพติดให้โทษทั้งหลาย อันเกิดแก่ครอบครัว สังคมและประเทศชาติดังที่ได้กล่าวมานี้ ย่อมย้อนกลับเข้าสู่ตัวบุคคลผู้ผลิต ผู้จำหน่าย ผู้โฆษณาชักจูงให้มีการเสพตลอดทั้งผู้สมรู้ร่วมคิดอื่นทั้งหลายด้วย อย่างแน่นอนที่สุด

ตอนที่ ๒๐ ศีลข้อที่ห้า (ต่อ)
โทษ ทุกข์ อันเกิดแก่การผิดศีล

เมื่อได้กล่าวถึงอานิสงส์หรือคุณของการเจตนางดเว้นจากการเสพสิ่งเสพติดมึนเมา และโทษทุกข์อันจะเกิดตามมา เนื่องจากการเสพสิ่งเสพติดมึนเมาทั้งหลาย โดยเฉพาะอย่างยิ่ง โทษ ทุกข์ที่พอเห็น ๆ กันได้ในทางโลกไปแล้ว ต่อไปนี้ก็จะได้กล่าวถึงโทษ และทุกข์ อันเกิดแต่การเสพติดมึนเมาในทางธรรมต่อไป

ประการแรก อำนาจของสิ่งเสพติดมึนเมาต่าง ๆ จะทำลายสุขภาพ อนามัยของผู้เสพให้เสื่อมโทรมลง และมีจุดอ่อนให้โรคภัยเบียดเบียนได้มาก จึงย่อม**ไม่พร้อมที่จะประกอบความเพียรเพื่อพระธรรมที่วิเศษสูงสุดยิ่ง แต่ไม่เป็นสิ่งอันบุคคลจะบรรลุได้ง่าย** นอกจากนี้ อำนาจของสิ่งเสพติดเหล่านี้ยังทำลายสมรรถภาพทางจิตใจให้เสื่อมทรามลง มักขาดสติสัมปชัญญะ และปัญญาก็พลอยมืดทึบลงด้วย ประกอบกับจิตใจที่อ่อนแอ เพราะต้องตกเป็นทาสของสิ่งเสพติดมึนเมาเหล่านั้นอีก ก็ยิ่งต้องทนทุกข์ทรมานอยู่ด้วยตัณหา คือความอยากที่จะเสพอยู่ร่ำไป คราใดที่ไม่ได้เสพตามอำนาจของตัณหา ก็จะต้องกระวนกระวายด้วยประการต่าง ๆ หาความสงบกายสงบใจได้ยาก **การจะเจริญภาวนาหรือพิจารณาสภาวธรรมทั้งหลาย เพื่อให้เกิดปัญญารู้แจ้งในอรรถในธรรมตามความเป็นจริง เพื่อถอนความยึดมั่นถือมั่นด้วยตัณหา มานะทิฏฐิ อันเป็นเหตุแห่งทุกข์ให้หมดไป หรือดำเนินชีวิตไปสู่กระแสแห่งนิพพานอันเป็นความสงบสุขนั้น เป็นอันกระทำได้ยากหรือแทบจะไม่เห็นทางเอาเสียเลย** กลายเป็นผู้มีปัญญาอันมืดบอด ที่เปิดทางให้กิเลส ตัณหา อุปาทานเข้าครอบงำได้โดยง่าย ทำให้รู้ผิด เห็นผิด คิดผิด พูดผิด และประพฤติผิดได้ง่ายและมากขึ้น จมดิ่งอยู่ในไตรวัฏฏ์ อันมี กิเลสวัฏฏ์ กรรมวัฏฏ์ และวิปากวัฏฏ์ กล่าวคือเกิดกิเลสตัณหา แล้วก็ประกอบอกุศลกรรม และได้รับผลจากอกุศลกรรม อันเป็นโทษ ทุกข์ทับทวียิ่ง ๆ ขึ้นไป ไม่มีที่สิ้นสุด จนกว่าจะสามารถเลิก–ละกิเลสเหล่านั้นได้ และหมดเวรจากอกุศลกรรมทั้งหลายเหล่านั้นแล้ว

การที่แต่ละหน่วยของสังคมมนุษย์มีสมรรถภาพทางร่างกายและจิตใจที่เสื่อมทรามลง มีผู้ไร้สติสัมปชัญญะและปัญญา เห็นผิดเป็นชอบ พูดผิด คิดผิด ประพฤติผิด เพิ่มมากขึ้นเพียงใด สังคมหรือประเทศชาตินั้นย่อมขาดความสันติสุขและความร่มเย็นมากขึ้นเพียงนั้น ผู้ผลิต ผู้จำหน่าย ผู้โฆษณา ชักชวนให้มีการเสพสิ่งเสพติดมึนเมาทั้งหลายอันเป็นต้นเหตุของปัญหาที่กล่าวนี้ ย่อมพลอยได้รับผลกรรมอันเนื่องแต่อกุศลกรรมที่ตนได้ก่อขึ้นเช่นเดียวกัน ไม่มีทางหลีกเลี่ยงได้เลย

ประการที่สอง อำนาจของสิ่งเสพติดมึนเมา ทำลายสมรรถภาพของกายเนื้อหรือกายมนุษย์หยาบนี้อย่างไร ก็ทำลายสมรรถภาพทั้งทางกายและจิตใจของกายมนุษย์ละเอียดอย่างนั้นเหมือนกัน

หากท่านผู้ฟังได้เจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกายนี้ จะพบความจริงอย่างหนึ่งว่า มนุษย์หรือสัตว์ทั้งหลาย มิใช่จะมีแต่กายเนื้อที่เห็น ๆ กันอยู่เท่านั้นก็หาไม่ หากแต่ยังมีกายในกาย ที่ละเอียด ๆ ซ้อนอยู่ภายในเป็นชั้น ๆ แต่ไม่อาจแลเห็นได้ด้วยตาเนื้อซึ่งมีขีดความสามารถจำกัด ต้องเจริญภาวนาให้ใจหยุดนิ่งเป็นอารมณ์เดียว ณ ที่ศูนย์กลางกายเสียก่อน จึงจะสามารถเห็นสิ่งที่ละเอียดกว่าได้ด้วย "**ใจ**" หรือ "**ตาใน**"

กายในกาย กายแรก มีลักษณะหน้าตาเหมือนกายมนุษย์หยาบหรือกายเนื้อนี่ทุกประการ แต่สวย ละเอียด ประณีตกว่า อยู่ในท่ามกลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ ณ ที่ศูนย์กลางกายนั่นแหละ เมื่อกายมนุษย์หยาบแตกทำลายลง คือตายแล้ว **กายมนุษย์ละเอียด** หรือที่เรียกว่า **สัมภเวสี** ก็จะทำหน้าที่แสวงหาที่เกิดในภูมิใหม่ด้วยอำนาจของกรรมและตัณหาที่มีติดตัวไปตั้งแต่ยังมีชีวิตอยู่

การเสพสิ่งเสพติดมึนเมาอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท จิตใจย่อมถูกครอบคลุมด้วยกิเลส ตัณหาให้มัวหมอง นับเป็นอกุศลกรรม อำนาจแห่งอกุศลกรรมนี้ย่อมส่งผลให้ไปบังเกิดในทุคติภูมิ หรืออบายภูมิ อันหมายถึงที่ไม่สบายเหล่าใดในสี่เหล่าคือ เปรต นรก อสุรกาย หรือสัตว์ดิรัจฉานดังพุทธภาษิตที่ว่า **จิตฺเต สงฺกิลิฏฺเฐ ทุคฺคติ ปาฏิกงฺขา** แปลความว่า **เมื่อจิตเศร้าหมองแล้ว ย่อมมีทุคติเป็นที่หวัง**

การได้รับผลเป็นวิบากจากอกุศลกรรม หรือกรรมชั่วนี้ **ไม่แต่เฉพาะผู้เสพโดยตรงเท่านั้น ผู้ผลิต ผู้จำหน่าย ผู้โฆษณาชักจูงให้มีการเสพ หรือผู้สมรู้ร่วมคิดอื่น ที่เป็นเหตุให้มีการเสพสิ่งเสพติดมึนเมาทั้งหลาย ย่อมต้องได้รับผลหรือวิบากกรรมตามความหนักเบาแห่งอกุศลกรรมที่ตนได้ก่อขึ้นทั้งสิ้น** เพื่อให้ท่านได้ทราบประสบการณ์ของผู้เจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกาย ซึ่งช่วยให้สามารถเจริญปัญญาจากการที่ได้ทั้งรู้และทั้งเห็นบ้าง จึงขอยกตัวอย่างการเห็นโทษของการเสพจนติดสิ่งเสพติดมึนเมาอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาทมาเล่าสู่ท่านฟัง พอเป็นเครื่องประดับสติปัญญาไว้ดังต่อไปนี้

ก่อนอื่นใคร่จะขอให้ท่านได้สังเกตตัวอย่างที่พอจะเห็นได้ง่าย ๆ จากชีวิตประจำวันเสียก่อน คือท่านลองสังเกตดูเด็ก ๆ ที่เกิดขึ้นมา หมายถึงในระยะที่มารดาของเด็กกำลังตั้งครรภ์อยู่ ถ้าเป็นระยะที่คู่สมรสกำลังมัวเมาหรือติดสิ่งเสพติดมึนเมา ท่านจะพบความจริงอย่างหนึ่งว่า เด็กที่เกิดมามักจะมีระดับสติปัญญาไม่เฉลียวฉลาดเท่ากับเด็กที่เกิดในระยะที่บิดามารดาไม่เสพหรือติดสิ่งเสพติดมึนเมา โปรดลองสังเกตดู

สำหรับประสบการณ์จากการเจริญภาวนาธรรมนั้นมีมาก แต่จะขอยกตัวอย่างสักตัวอย่างหนึ่ง เอาตัวอย่างผลจากการปฏิบัติธรรมของลุงจอนก็แล้วกัน ลุงจอนนี้เป็นชื่อสมมติ แต่เพราะเจ้าตัวไม่ประสงค์จะให้ออกนาม ก็ต้องขอเรียกชื่อสมมติ

คือเมื่อตอนปลายปีที่แล้วนี้ มีเจ้าหน้าที่ขับรถขององค์การต่างประเทศรายหนึ่ง ได้เสียชีวิตไป เพราะเมาสุรา แล้วตกลงไปในบ่อน้ำ เลยจมน้ำตาย บรรดาเพื่อนฝูงและญาติมิตรต่างก็พากันสงสาร จึงรวบรวมปัจจัยกันเพื่อจะทำบุญอุทิศส่วนกุศลไปให้ และเพื่อน ๆ กลุ่มหนึ่งได้เคยร่วมปฏิบัติธรรมกับลุงจอนเสมอมา เกิดอยากรู้ว่าเพื่อนผู้ตายจะไปเกิดในภูมิใด ได้รับวิบากจากกรรมอะไร จึงถามลุงจอนดู โดยบอกแต่เพียงชื่อกับอายุของผู้ตาย ส่วนลุงจอนนั้นไม่เคยได้รู้จักกับผู้ตายมาก่อน และก็ไม่ได้ทราบประวัติของผู้ตายด้วย

ในขณะที่กำลังเจริญภาวนาอยู่ด้วยกัน จวนจะถึงเวลาหยุดพักลุงจอนได้ตรวจดูกำเนิดของผู้ตาย ก็พบว่า ผู้ตายได้ไปบังเกิดอยู่ในนรก เพราะเวรสุรา จึงได้กล่าวแก่ผู้เจริญภาวนาในขณะนั้นว่า "เจ้านี่ เห็นจะอยู่ที่ไม่สบาย ขอให้พวกเราทั้งหลายจงตั้งใจอุทิศส่วนกุศลในการรักษาศีล บริจาคทาน และการเจริญภาวนาธรรมในวันนี้ให้แก่ผู้ตายให้เต็มที่ เพราะเพื่อนเราผู้นี้ประพฤติผิดศีล โดยเฉพาะศีลข้อสุราเมรัยไว้มากตั้งแต่ยังมีชีวิตอยู่ แต่ขอทุกคนอย่าได้บอกความนี้แก่ญาติพี่น้องของผู้ตาย ให้เป็นที่เศร้าหมองเลย"

คำกล่าวของลุงจอน ตรงกับการดำเนินชีวิตของผู้ตาย ซึ่งชอบดื่มสุราเป็นประจำจนติดแล้ว ต้องเสียชีวิตลงเพราะเมาสุรา จนตกลงไปในบ่อน้ำ และจมน้ำตายดังกล่าว ยังความตื่นเต้นแก่ผู้รับฟังเป็นอันมาก นี่ก็เป็นตัวอย่างของทุกข์ที่ติดตามให้ผลเนื่องแต่การเสพสิ่งเสพติด มึนเมาที่สามารถจะรู้เห็นได้ด้วยการเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกายนี้

อนึ่ง ใคร่จะเรียนต่อท่านทั้งหลายอีกด้วยว่า สำหรับท่านผู้ทรงคุณวุฒิ มีอภิญญาและวิชชาแก่กล้าแล้ว มักจะตรวจพบเสมอว่า **สำหรับผู้ที่มีเวรสุราหรือยาเสพติดมึนเมาเหล่านี้ เมื่อพ้นเวรจากนรกแล้ว ภายหลังได้เกิดมาเป็นมนุษย์อีก ก็ยังไม่หมดเวร เพราะกายละเอียดหรือกายสัมภเวสีซึ่งเป็นกายที่จะมาปฏิสนธิอีกนั้น ได้พกเอาความเสื่อมสมรรถภาพทั้งทางร่างกายและจิตใจมาตั้งแต่อดีตชาติ ที่เคยได้เสพและติดสิ่งเสพติดมึนเมาให้โทษมาก่อนนั้นมาด้วย เป็นผลให้เกิดมาเป็นคนปัญญาอ่อน ปัญญาทึบต่ำทราม ขี้หลงขี้ลืม ตามความหนักเบาแห่งกรรมที่ได้กระทำขึ้นตั้งแต่ชาติก่อน ๆ นั้นอีกด้วย**

วิบากกรรมทั้งหลายตามที่กล่าวมานี้ มิใช่จะเกิดแต่กับผู้เสพเท่านั้นก็หาไม่ ผู้ผลิต ผู้จำหน่าย ผู้โฆษณาชักจูงให้มีการเสพ ตลอดทั้งผู้ช่วยเหลือให้ความร่วมมือต่าง ๆ โดยวิธีใด ๆ ก็ตาม ต่างก็จะต้องได้รับผลจากอกุศลกรรมเป็นวิบากติดตามตนไป ตามส่วนแห่งอกุศลกรรมที่ตนได้เป็นต้นเหตุหรือนำทางอันมิชอบนั้นด้วย

นี่แหละความไม่รู้ หรือ "อวิชชา" เป็นเหตุให้บุคคลหรือสัตว์โลกประกอบอกุศลกรรม ด้วยว่าอวิชชาเป็นเหตุให้เกิดตัณหา และอุปาทาน แล้วก็ได้รับความทุกข์ทรมานต่อ ๆ ไปไม่มีสิ้นสุด

บัณฑิตจึงไม่ประมาท หมั่นรักษาศีลให้บริสุทธิ์ เจริญภาวนาเพื่อชำระจิตใจให้บริสุทธิ์จากนิวรณ์ธรรม และกระทำปัญญาให้รู้แจ้งในสัจจธรรมและในทางเจริญ ทางเสื่อม ดำเนินชีวิตไปสู่กระแสแห่งนิพพาน อันเป็นผลให้ได้รับความสันติสุขและร่มเย็น ด้วยประการฉะนี้

ตอนที่ ๒๑ สรุปอานิสงส์ของการรักษาศีล และโทษของการผิดศีล

รายการธรรมสู่สันติ ตอนที่ ๑๑–๒๐ กล่าวถึงการรักษาศีล ๕ หรือเบญจศีล ว่ามีระเบียบปฏิบัติที่ควรรู้อย่างไรบ้าง อานิสงส์หรือคุณค่าของการรักษาศีลแต่ละข้อมีอย่างไร โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การรักษาศีลสามารถช่วยส่งเสริมสันติสุขให้แก่ทั้งผู้ปฏิบัติเอง แก่ครอบครัว และแก่สังคม ประเทศชาติอย่างไร และถ้าหากประพฤติผิดศีล จะได้รับโทษ ทุกข์อันจะติดตามมาแก่ตนเอง และแก่ผู้อื่น ตลอดทั้งก่อให้เกิดปัญหาแก่สังคมและประเทศชาติอย่างไร ไปแล้ว ศีล ๕ หรือเบญจศีล นับเป็นคุณธรรมเบื้องต้นของมนุษย์ เป็นรากฐานของความดี เป็นประมุขของกัลยาณธรรมทั้งปวง จึงควรที่สาธุชนจะพึงตั้งใจศึกษาให้เข้าใจ ทั้งในเหตุและผลที่บุคคลพึงปฏิบัติและควรรักษาให้บริสุทธิ์และสมบูรณ์อยู่เสมอ

วัตถุประสงค์อันสำคัญยิ่งของการรักษาศีล ก็เพื่อเป็นเครื่องละบาปอกุศลจึงเป็นกิจที่บัณฑิตพึงกระทำ เพื่อความสงบและความบริสุทธิ์กายและวาจา อันจะเป็นผลให้ใจสงบด้วย ใจที่สงบย่อมสามารถจะได้รับการฝึกฝนให้หยุดเป็นสมาธิได้ง่าย เป็นทางชำระจิตใจให้สะอาดบริสุทธิ์จากนิวรณ์ธรรมทั้งหลาย และใจที่สะอาดบริสุทธิ์จากนิวรณ์ธรรมแล้ว ย่อมสามารถเห็นอรรถเห็นธรรมได้โดยชัดแจ้ง ช่วยให้เจริญปัญญารู้แจ้งในสัจจธรรมและวิมุตติ หลุดพ้นจากอาสวะ เป็นทางดับทุกข์อันถาวร และ**เป็นทางให้ได้มรรค ผล นิพพาน**

และในขณะเดียวกัน การรักษาศีลยังเป็นเหตุให้เกิดคุณค่าหรืออานิสงส์อื่น ๆ เป็นผลพลอยได้อีกหลายประการ ดังต่อไปนี้

๑. **โภคสมฺปทา** เป็นเหตุให้ได้ทรัพย์สมบัติ ข้าทาสบริวาร เป็นต้น เพราะเป็นผู้มิได้ประมาท

๒. **กลฺยาณกิตฺติ** เป็นเหตุให้มีชื่อเสียงเกียรติคุณฟุ้งเฟื่องไปในทุกทิศานุทิศ

๓. **สมฺหวิสารทํ** เป็นเหตุให้เป็นคนแกล้วกล้า องอาจ เมื่อเวลาเข้าสังคม เพราะเป็นบุคคลที่ปราศจากโทษ ผู้อื่นติเตียนมิได้

๔. **อสมฺมุฬฺหํ** เป็นเหตุให้มีสติ ไม่หลง ในเวลาใกล้ตาย เรื่องนี้ใคร่จะขยายความขึ้นอีกสักเล็กน้อย คือว่า ขณะที่มนุษย์หรือสัตว์ใกล้จะตายนั้นมักจะเกิดอารมณ์อย่างใดอย่างหนึ่งใน ๓ ประการ คือ **กรรมอารมณ์** ได้แก่กุศลและอกุศลกรรมที่เคยทำมาแต่อดีต มาปรากฏขึ้นในจิตของผู้จะตาย อย่างหนึ่ง **กรรมนิมิตอารมณ์** คือนิมิตของกรรมที่ตนเองเคยกระทำมาเป็นอาจิณ มาปรากฏเป็นนิมิตให้เห็น อย่างหนึ่ง หรือ **คตินิมิตอารมณ์** ได้แก่อารมณ์ที่จะได้รับหรือได้เสวยในภพใหม่มาปรากฏให้เห็นเมื่อตอนใกล้จะตายอีกอย่างหนึ่ง ทั้งนี้เป็นไปตามอำนาจของ

กรรมตามสมควร และอารมณ์เหล่านี้เองที่ทำให้จิตของผู้ที่ใกล้จะตายเศร้าหมองหรือผ่องใส กล่าวคือ

หากผู้ที่กำลังจะตายนั้นเคยประกอบกุศลกรรม คือกรรมดี มามากในระหว่างที่ยังมีชีวิตอยู่ ในขณะที่จิตเข้าสู่มรณสันตติวิถีนั้น จิตก็จะนึกถึงแต่คุณความดีที่ได้เคยสร้างสมอบรมมา หรือเห็นนิมิตอารมณ์อันเกิดแต่กรรมดีมาปรากฏขึ้นในจิต ทำให้จิตใจผ่องใสด้วยกุศลกรรมที่ได้เคยทำมา เมื่อจุติคือจิตเคลื่อนจากร่างก็จะไป**สู่สุคติ** อันเป็น**ทางไปดี** ได้แก่โลกมนุษย์หรือเทวโลกเป็นต้น ดังพุทธบาลีที่ว่า **จิตฺเต อสงฺกิลิฏฺเฐ สุคติ ปฏิกงฺขา** แปลความว่า **เมื่อจิตไม่เศร้าหมองแล้ว ย่อมมีสุคติเป็นที่หวัง**

แต่ในทางตรงกันข้าม สำหรับผู้ที่ได้ประกอบอกุศลกรรม คือ กรรมชั่ว เป็นต้นว่าประพฤติผิดศีลมามาก เมื่อขณะใกล้จะตายก็จะนึกถึงแต่กรรมชั่ว หรือนิมิตอารมณ์จากกรรมชั่วมาปรากฏให้เห็นทำให้จิตใจหดหู่เศร้าหมอง บางรายก็จะมีอาการสะดุ้งหวาดกลัวหรือหลงเพ้อคลั่งด้วยอาการต่าง ๆ เมื่อจุติย่อมมีทุคคติเป็นที่ไป ดังพุทธบาลีที่ว่า **จิตฺเต สงฺกิลิฏฺเฐ ทุคฺคติ ปฏิกงฺขา** แปลความว่า **เมื่อจิตเศร้าหมองแล้ว ย่อมมีทุคติเป็นที่หวัง** คำว่า**ทุคติ** หมายถึง**ทางไปไม่ดี** ได้แก่ อบายภูมิทั้ง ๔ มี เปรต นรก อสุรกาย และสัตว์ดิรัจฉาน เป็นต้น

ผู้รักษาศีล ย่อมเป็นผู้มีสติ ไม่หลงในเวลาใกล้จะตาย และไม่ต้องไปบังเกิดในทุคติภูมิ โดยเหตุนี้ **จึงพึงมั่นใจได้ว่า การรักษาศีลอย่างน้อยศีล ๕ ให้บริสุทธิ์และสมบูรณ์อยู่เสมอนั้น ย่อมเป็นการช่วยปิดทางหรือประตูอบาย ได้เป็นอย่างดี**

๕. **สุคติปรายนํ** เป็นเหตุให้เกิดในสุคติ ดังที่ได้กล่าวมาแล้ว

๖. **มลวิโสธนํ** การรักษาศีล เป็นเครื่องชำระมลทินโทษที่ติดอยู่ในจิตสันดานให้บริสุทธิ์ขึ้น

๗. **ปริฬาหวูปสมนํ** การรักษาศีล เป็นเครื่องระงับความเร่าร้อน กระวนกระวายภายในคือกิเลส ได้แก่อภิชฌา พยาบาท ราคะ โลภะ โทสะ เป็นต้น

๘. **ภยวิธมนํ** เป็นเครื่องกำจัดภัยอันตราย คือตนก็จะมิได้ติเตียนตน และผู้อื่นก็จะมาติเตียนมิได้

๙. **ปาโมชฺชํ** การรักษาศีลจึงยังความสรรเสริญ ปีติปราโมทย์แก่ตน ทำให้จิตใจเบิกบานแจ่มใส ไม่ขุ่นมัว อันเป็นเหตุให้จิตตั้งมั่นเป็นสมาธิได้เร็วอีกด้วย

เพราะฉะนั้น ผู้หวังความสุข ความสงบ และสมบัติดังกล่าวโดยเฉพาะอย่างยิ่ง **โลกุตตรสมบัติ** พึงรักษาศีลของตนให้บริสุทธิ์และสมบูรณ์ดี ไม่ให้ด่าง ไม่ให้พร้อย ด้วยประการทั้งปวง พึงรักษาให้ดีเท่าชีวิต เหมือนนกต้อยตีวิดรักษาไข่ เหมือนจามรีรักษาขน เหมือนมารดารักษาบุตรน้อย และเหมือนคนผู้มีตาดีข้างเดียวที่ระวังรักษาดวงตาของตนฉะนั้น เมื่อปฏิบัติได้ดั่งนี้ ย่อมจะได้รับประโยชน์สมความปรารถนา ดังที่ได้กล่าวมาแล้ว

ตอนที่ ๒๒ การรักษาศีลในระดับต่าง ๆ กัน

บัดนี้จะได้บรรยายถึงการรักษาศีลในระดับต่าง ๆ กัน กล่าวคือ การรักษาศีลขั้นหยาบ ๆ เรียกว่า **หีนศีล** ขั้นกลาง ๆ เรียกว่า **มัชฌิมศีล** และการรักษาศีลขั้นละเอียด เรียกว่า **ปณีตศีล** ว่ามีลักษณะแตกต่างกันอย่างไร และท่านสาธุชนควรพยายามรักษาศีลให้บริสุทธิ์และสมบูรณ์อย่างไร จึงจะเป็นผลดีแก่ตนเองยิ่ง ๆ ขึ้นไป

การรักษาศีล ซึ่งประกอบด้วยภูมิปัญญาอันต่ำ ไม่เข้าใจในเหตุและผลที่ตนพึงรักษา และยังประกอบด้วยอาสวะกิเลส ตัณหา เป็นต้นว่า รักษาศีลด้วยความปรารถนาในลาภ ยศ สรรเสริญ สุข หรือสมบัติในภพ เช่นว่า จะได้ไปบังเกิดเป็นเทพบุตร เทพธิดา หรือการรักษาศีลด้วยมานะทิฏฐิ เช่นว่า เพื่อยกตนข่มผู้อื่นดั่งนี้ ได้ชื่อว่า การรักษาศีลขั้นหยาบ คือ **หีนศีล**

การรักษาศีล อันประกอบด้วยภูมิปัญญาปานกลาง พอจะเข้าใจเหตุและผลที่บุคคลพึงต้องรักษาศีล รู้อานิสงส์ของการรักษาศีลและโทษของการผิดศีลพอประมาณ มุ่งรักษาศีลเพื่อให้เป็นบุญ หรือโลกียศีล ซึ่งผู้รักษา แม้จะยังมีอาสวะอยู่ แต่ก็เบาบาง มิใช่มุ่งรักษาศีล เพื่อไว้ข่มผู้อื่น ดั่งนี้ ได้ชื่อว่า **มัชฌิมศีล** คือศีลชั้นกลาง

ส่วนท่านผู้รักษาศีลซึ่งประกอบด้วยปัญญาอันอุดม เข้าใจในอานิสงส์ของศีลและโทษของการผิดศีลเป็นอย่างดี มุ่งรักษาศีลเพื่อเป็นเครื่องละบาปอกุศล หรือโลกุตตรศีล ซึ่งผู้รักษาเป็นพระอริยเจ้าผู้สิ้นอาสวะแล้ว เรียกว่า **ปณีตศีล** คือศีลขั้นละเอียด

เพราะฉะนั้น บัณฑิตจึงเพียรพยายามรักษาศีลให้เจริญเป็นขั้น ๆ ขึ้นไป จากขั้นหยาบไปขั้นกลางและละเอียด เพื่อเป็นเครื่องละบาปอกุศล และพาตนไปสู่ความเป็นอริยะ ด้วยเหตุนี้ อาตมาจึงขอแนะนำให้ท่านสาธุชนทั้งหลายพยายามรักษาศีลให้บริสุทธิ์และสมบูรณ์ ดั่งพระอริยเจ้าซึ่งทรง **อริยกันตศีล** แม้แต่การรักษาศีล ๕ หรือเบญจศีล, "อริยกันตศีล" คือศีลที่ประกอบด้วยคุณลักษณะ ๘ ประการดังต่อไปนี้

๑. **อขัณฑะ คือศีลไม่ขาด** ซึ่งหมายถึงไม่ล่วงสิกขาบทข้อต้นหรือข้อปลายข้อใดข้อหนึ่ง และที่ว่า "ไม่ล่วงสิกขาบท" นั้น หมายความรวมทั้ง "ไม่ล่วงสิกขาบทเอง" "ไม่ใช้ให้ผู้อื่นล่วงสิกขาบท" และ "ไม่ยินดีที่ผู้อื่นกระทำการล่วงสิกขาบท"

๒. **อฉิททะ ศีลไม่ทะลุ** อันหมายถึง ไม่ล่วงสิกขาบทข้อกลาง ๆ

๓. **อสพละ ศีลไม่ด่าง** คือไม่ขาดเป็นหมู่ ๆ หมู่ละหลายสิกขาบท และหลายหมู่

๔. **อกัมมาสะ ศีลไม่พร้อย** เพราะไม่ขาดแห่งละสิกขาบทหลาย ๆ แห่ง

๕. **ภุชิสสะ ศีลเป็นไท** คือ ไม่เป็นทาสตัณหา ไม่รักษาศีลแบบการค้า มุ่งเอาเครื่องตอบแทนต่าง ๆ

๖. **วิญญุปสัฏฐะ ศีลที่ผู้รู้สรรเสริญ** เป็นศีลที่ใช้ได้ เพราะผู้รู้ท่านใคร่ครวญเสียก่อนจึงสรรเสริญว่าดี ว่าชอบ

๗. **อปรามัฏฐะ ศีลที่ไม่ถูกลูบคลำด้วยตัณหาทิฏฐิ** หมายถึงศีลที่ตัณหาไม่แตะต้อง ทิฏฐิมานะไม่แตะต้อง เป็นต้นว่าไม่ถือศีลเพราะความอยากจนเป็นเหตุให้กระด้างกระเดื่อง หรือเป็นเครื่องยกตนข่มผู้อื่น และ

๘. **สมาธิสังวัตตนิกะ ศีลที่เป็นไปพร้อมเพื่อสมาธิ** คือ เป็นศีลที่ผู้รักษาเอาใจใส่พิจารณาตรวจสอบอยู่เสมอ ดุจดังโคแม่ลูกอ่อนใส่ใจดูแลลูกไม่ห่างตา แม้บดเอื้อง ตาก็คอยชำเลืองดูลูก กิริยาที่พิจารณาศีลเช่นนี้ นับเข้าในสีลานุสสติกรรมฐาน และจิตใจของผู้มีศีลอย่างนี้ใกล้สมาธิ และศีลเช่นนี้เป็นฐานรองรับสมาธิได้ดีทีเดียว

องค์ศีลอันประกอบด้วยคุณลักษณะ ๘ ประการที่กล่าวมานี้ นับว่าเป็นศีลบริสุทธิ์ คือ **วิสุทธิศีล** อันจะนำไปสู่ความบริสุทธิ์แห่งจิต คือ **วิสุทธิจิต** และความบริสุทธิ์แห่งปัญญารู้แจ้ง คือ **วิสุทธิปัญญา** สามารถช่วยให้บรรลุมรรค ผล นิพพานต่อไป พระพุทธองค์จึงได้ตรัสแก่ภิกษุทั้งหลายที่เชตวัน (มีมาใน **มหาอารวัคค์ สังยุตตนิกาย** พระไตรปิฎกเล่ม ๑๙ หน้า ๔๖ ข้อ ๑๗๖) ว่า

"ภิกษุทั้งหลาย เรายังมองไม่เห็นธรรมชนิดอื่นแม้สักอย่างหนึ่ง ที่จะทำอริยอัฏฐังคิกมรรคอันยังไม่เกิด ให้บังเกิดขึ้น และที่เกิดขึ้นแล้ว ให้ถึงความเจริญเต็มที่ เหมือนอย่างศีลสมบัติ (ความถึงพร้อมด้วยศีล) นี้เลย, ภิกษุทั้งหลาย เมื่อภิกษุสมบูรณ์ด้วยศีลแล้ว เธอต้องหวังข้อนี้ได้ คือว่า เธอจักอบรมอริยอัฏฐังคิกมรรค จักทำอัฏฐังคิกมรรค ให้มากขึ้นได้"

อนึ่ง ท่านสาธุชนพึงเข้าใจไว้ด้วยว่า **ศีลและปัญญาย่อมมีอุปการะต่อกัน** และอยู่คู่เคียงกันเสมอ ดังที่พระพุทธองค์ตรัสแก่โสณฑัณฑพราหมณ์ว่า

"ศีล ย่อมชำระปัญญาให้บริสุทธิ์ และปัญญาเล่า ก็ชำระศีลให้บริสุทธิ์เหมือนกัน, ศีลอยู่ที่ใด ปัญญาอยู่ที่นั่น, ปัญญาอยู่ที่ใด ศีลอยู่ที่นั่น, ผู้มีศีลก็มีปัญญา ผู้มีปัญญาก็มีศีล, บัณฑิตทั้งหลายย่อมกล่าวถึงศีลและปัญญา ว่าเป็นของเลิศในโลก" (มีมาใน **โสณฑัณฑสูตร สีลักขันธวัคค์ ทีฆนิกาย** พระไตรปิฎก เล่ม ๙ หน้า ๑๕๘ ข้อ ๑๙๓)

ที่กล่าวมาทั้งหมดนี้เป็นเรื่องของการรักษาศีล อานิสงส์หรือคุณค่าของการรักษา และโทษหรือทุกข์ของการผิดศีล

คราวก่อน ๆ ได้เคยยกตัวอย่างของการเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกาย ซึ่งสามารถช่วยให้เจริญปัญญาจากการที่ได้ทั้งรู้และทั้งเห็นโทษและทุกข์ของการประพฤติผิดศีลไปบ้างแล้ว

ต่อไปนี้ก็จะได้เล่าถึงอานิสงส์ของการรักษาศีลบ้าง ซึ่งก็เห็นจะต้องยกตัวอย่างประสบการณ์ของลุงจอนอีกตามเคย

คือว่า เมื่อวันอาทิตย์ที่ ๓๑ กุมภาพันธ์ พุทธศักราช ๒๕๑๙ นี้เอง มีท่านผู้ปฏิบัติธรรมร่วมกับลุงจอนอยู่เสมอครอบครัวหนึ่ง ซึ่งหัวหน้าครอบครัวนี้เป็นข้าราชการผู้ใหญ่ชั้นอธิบดี ท่านอยากจะทราบว่าคุณแม่ของภรรยาของท่าน ซึ่งได้ล่วงลับไปร่วม ๓๐ ปีมาแล้ว จะไปบังเกิดในภพหรือภูมิใด ด้วยผลบุญหรือบาปอกุศลใด เพื่อเป็นเครื่องประดับสติปัญญาและเป็นคติสำหรับการปฏิบัติธรรมยิ่งขึ้น จึงขอความอนุเคราะห์จากลุงจอน ให้ช่วยตรวจดูให้ด้วย ลุงจอนเห็นว่าจะเป็นประโยชน์แก่การปฏิบัติธรรมของครอบครัวนี้ จึงตกลงที่จะช่วยตรวจดูให้ เมื่อได้เจริญภาวนาตามสมควรแล้ว ลุงจอนและบุตรที่ถึงธรรมกายต่างก็ช่วยกันตรวจดูด้วยญาณพระธรรมกาย และต่างก็ได้พบว่า **ท่านผู้ล่วงลับไปแล้วนั้น ไปบังเกิดในเทวภูมิ** คือเป็นเทวดาเสวยผลบุญ เนื่องแต่การรักษาศีลและการบริจาคทานตั้งแต่ในขณะที่ยังมีชีวิตอยู่

และก็**ปรากฏเป็นความจริง** ตามคำบอกเล่าของผู้เป็นบุตร ซึ่งเป็นภรรยาของข้าราชการผู้ใหญ่ท่านนั้นได้เล่าให้ฟังในภายหลังว่า **ในบั้นปลายชีวิตของผู้เป็นมารดาได้รักษาศีลและบริจาคทานเป็นประจำ**

นี้ย่อมแสดงให้เห็นอานิสงส์ของการรักษาศีลว่า แม้จะยังมิได้บรรลุพระอรหัตผล อานิสงส์ของศีลก็ยังเป็นเหตุให้ได้สมบัติในสุคติภพเป็นผลพลอยได้อีกด้วย เพราะฉะนั้น จึงขอให้ท่านสาธุชนจงหมั่นรักษาศีล และเจริญภาวนาธรรม เพื่อความบริสุทธิ์กาย วาจา และใจ อันจะเป็นผลให้ได้รับแต่ความสันติสุขและร่มเย็น ทั้งแก่ตนเองและผู้อื่นที่อยู่ร่วมกันในสังคมต่อไป

ตอนที่ ๒๓ ศีลเป็นเครื่องบำรุงอริยมรรค

วัตถุประสงค์สำคัญยิ่งของการรักษาศีล คือ เพื่อเป็นเครื่องละบาปอกุศล เพื่อความบริสุทธิ์และความสงบกาย และวาจา อันเป็นผลให้จิตใจสงบจากกิเลสหยาบ ๆ ด้วย และใจที่สงบจากกิเลสหยาบนี้เองที่สามารถจะได้รับการฝึกฝนให้หยุดเป็นสมาธิได้ง่าย เป็นทางชำระจิตใจให้บริสุทธิ์จากนิวรณ์ธรรมทั้งหลาย ได้แก่ ความพยาบาทหรือผูกใจเจ็บอย่างหนึ่ง, ความครุ่นคิดกำหนัดยินดีในกามคุณทั้ง ๕ คือ ในรูป เสียง กลิ่น รสและสัมผัสทางกายอย่างหนึ่ง, ความคิดฟุ้งซ่านและวิตกกังวลต่าง ๆ อย่างหนึ่ง, จิตใจที่หดหู่ ซึมเซา เหงาง่วง ไม่ปลอดโปร่ง อย่างหนึ่ง, และความลังเลสงสัยในผลของการปฏิบัติธรรม คือ ศีล สมาธิ และปัญญา ตามแนวทางพระพุทธศาสนาว่า เป็นทางพ้นทุกข์ได้จริง นี้อีกอย่างหนึ่ง รวมเป็น ๕ ข้อด้วยกัน และก็ใจที่ปลอดจากนิวรณ์ธรรมเหล่านี้เอง ที่สามารถจะพิจารณาเห็นอรรถเห็นธรรมได้อย่างชัดแจ้ง เพราะไม่มีกิเลสเคลือบแฝงหรือดลจิตดลใจให้คล้อยตามอำนาจของมันได้ จึงช่วยให้เกิดปัญญารู้แจ้งในสภาวะธรรมตามความเป็นจริงเจริญขึ้นอย่างรวดเร็ว และเป็นผลให้วิมุตติหลุดพ้นจากอาสวะ กิเลส ตัณหา อุปาทาน อันเป็นเหตุแห่งทุกข์ทั้งหลายได้

การรักษาศีลให้บริสุทธิ์สมบูรณ์อยู่เสมอ จนเป็นการปฏิบัติตามปกติหรือโดยอัตโนมัติโดยที่ผู้ปฏิบัติมิต้องฝืนใจหรือรู้สึกคับแค้นใจนี้เอง ที่เป็นเครื่องบำรุงอริยมรรค ๓ องค์ให้เจริญขึ้น คือ **สมฺมาวาจา** การกล่าวแต่วาจาชอบ คือเว้นจากการพูดเท็จ พูดส่อเสียดหรือยุให้รำตำให้รั่ว พูดคำหยาบคายหรือรุนแรงต่าง ๆ และพูดสำรากเพ้อเจ้อ เหลวไหล ไร้สาระ ประการหนึ่ง, **สมฺมากมฺมนฺโต** การทำงานชอบ คือเว้นจากการเบียดเบียนหรือฆ่าสัตว์ที่มีชีวิต การลักฉ้อและการประพฤติผิดในกาม ประการหนึ่ง, และ**สมฺมาอาชีโว** คือการเลี้ยงชีพชอบ เว้นจากการเลี้ยงชีวิตในทางที่ผิด หรือหลอกลวงเขาเลี้ยงชีวิต อีกประการหนึ่ง

นี้เป็นวัตถุประสงค์สำคัญของการรักษาศีล นอกจากนี้

ศีลย่อมเป็นไปเพื่อสมาธิ หรือเป็นอุปการะแก่สมาธิ, สมาธิก็ย่อมเป็นไปเพื่อปัญญา ทั้งสมาธิและปัญญาก็เป็นอุปการะแก่ศีล, และในขณะเดียวกัน ทั้งศีล สมาธิ และปัญญา ต่างก็เป็นไปเพื่อกำจัดอาสวะ กิเลส ตัณหา อุปาทาน อันเป็นเหตุแห่งทุกข์ให้หมดไป จากกิเลสหยาบไปหากิเลสขั้นกลาง ๆ และขั้นละเอียด หรือที่เรียกว่า "**ดับหยาบไปหาละเอียด**" นั่นเอง ทั้งนี้ก็เพื่อให้**วิมุตติหลุดพ้นจากอาสวะทั้งหลาย** และได้**บรรลุมรรค ผล นิพพาน** อันเป็นจุดมุ่งหมายแท้ ๆ ของการปฏิบัติธรรมตามแนวทางพระพุทธศาสนา พระพุทธองค์จึงได้ทรงสรรเสริญศีลสมบัติว่าเป็นเครื่องบำรุงอริยมรรค

อนึ่ง การวิมุตติหลุดพ้นจากอาสวะ กิเลส ตัณหา อุปาทาน อันเป็นเหตุแห่งทุกข์นี้ก็ย่อมเป็นไปเป็นขั้น ๆ อีกเหมือนกัน คือ **ตทงฺควิมุตติ** เป็นการหลุดพ้นชั่วคราว หรือโดยบังเอิญ **วิกขมฺภนวิมุตติ** เป็นการหลุดพ้นด้วยการข่มกิเลส และเมื่อปัญญาเจริญแก่กล้ามาก ๆ เข้าก็จะสามารถหลุดพ้นจากเหตุแห่งทุกข์เป็นการถาวร ที่เรียกว่า **สมุจเฉทวิมุตติ** ได้

เมื่อท่านทั้งหลายได้ทราบถึงความสำคัญของศีล ว่าเป็นพื้นฐานสำคัญของการปฏิบัติธรรมเพื่อความพ้นทุกข์ดั่งนี้แล้ว ก็ขอได้โปรดหมั่นรักษาศีล อย่างน้อยศีล ๕ ให้บริสุทธิ์สมบูรณ์อยู่เสมอ และขอได้โปรดชักนำให้ผู้อื่นปฏิบัติดี ปฏิบัติชอบดังกล่าวนั้นด้วย เพราะ**การรักษาศีลนั้นมิใช่แต่จะอำนวยคุณค่าหรืออานิสงส์แก่ตนเองเท่านั้น หากแต่จะช่วยให้สังคมและประเทศชาติตลอดทั้งสังคมของโลกให้มีความสันติสุขอีกด้วย ที่ชาวโลกและชาติบ้านเมืองขาดความสงบสุขและต้องเดือดร้อน วุ่นวายอยู่ในขณะนี้ เนื่องมาแต่ผู้คนประพฤติผิดศีลกันมาก** เป็นสาเหตุสำคัญประการหนึ่งทีเดียว และ**สาเหตุที่คนละเลยต่อความดี ไม่มีศีลสัตย์ต่อกัน ก็เพราะความไม่รู้จักทุกข์ที่จะติดตามมาเนื่องแต่ผิดศีล ว่าร้ายแรงเพียงใด และไม่รู้จักคุณค่าหรืออานิสงส์ที่แท้จริงของการรักษาศีลว่ามีอย่างไร** จึงมักอภัยให้กับความชั่วและแก้ตัวให้กิเลส ตัณหา พาตนและสังคมให้เดือดร้อน วุ่นวายยุ่งเหยิงดังเช่นที่เป็นอยู่ในทุกวันนี้ ความเจริญแต่ในทางวัตถุไม่สามารถจะช่วยให้ตนเองหรือผู้อื่นมีความสุขอย่างสันติได้อย่างแท้จริงเลย

คณะศิษย์หลวงพ่อวัดปากน้ำ ภาษีเจริญ กรุงเทพฯ ได้เล็งเห็นปัญหาดังกล่าวนี้ชัดแจ้งพอสมควรแก่ภูมิธรรมของแต่ละท่านที่ปฏิบัติได้ จึงร่วมใจกันจัดรายการ "ธรรมสู่สันติ" นี้ขึ้นซึ่งเป็นส่วนหนึ่งของโครงการธรรมปฏิบัติเพื่อประชาชน ของวัดปากน้ำฯ เพื่อเผยแพร่ธรรมปฏิบัติของพระพุทธองค์ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การรักษาศีลเพื่อความสงบและบริสุทธิ์กายและวาจาและการเจริญภาวนา คือสมาธิและปัญญา เพื่อความสงบและบริสุทธิ์แห่งจิตใจ จากอาสวะ กิเลส ตัณหา อุปาทาน อันเป็นเหตุแห่งทุกข์ดังที่ได้กล่าวมาแล้ว จึงขอรับการสนับสนุนจากท่านสาธุชนและสื่อมวลชนทั้งหลาย เพื่อประโยชน์แก่ตนเองและสังคมโดยส่วนรวมด้วย

ทีนี้ จะกล่าวถึงการเจริญภาวนาธรรม หรือการเจริญสมถและวิปัสสนากรรมฐาน อันหมายถึงการเจริญสมาธิและปัญญา ซึ่งช่วยให้รู้แจ้งเห็นจริงในสัจจธรรม แล้วกำจัดอาสวะ กิเลส ตัณหา อุปาทาน อันเป็นเหตุแห่งทุกข์ให้หมดไป ยังผลให้บรรลุมรรค ผล นิพพานต่อไป

ในขั้น "**สมถ**" หรือ **สมาธิ** นั้น ได้มีการปฏิบัติกันมาตั้งแต่ก่อนพุทธกาลแล้ว ต่างสำนักต่างก็มีวิธีปฏิบัติที่คล้ายคลึงกันบ้าง แตกต่างกันบ้าง ตามภูมิธรรมของผู้เป็นศาสดาหรือครูบาอาจารย์แต่ละท่าน แต่ละสำนัก หรือแต่ละศาสนา พระพุทธองค์ก็ได้เคยเข้าศึกษาในสำนักของอาฬารดาบสกับอุธทกดาบส จนได้บรรลุถึงอรูปฌานมาก่อน แต่เนื่องด้วยเห็นว่ายังไม่ใช่ทางพ้นทุกข์อย่างถาวร พระพุทธองค์จึงได้ลาอาจารย์ทั้งสองไปศึกษาหาโลกุตตรธรรม อันเป็นเครื่องล่วงพ้นความทุกข์อันถาวรต่อไป จนกระทั่งพระองค์ได้บรรลุอนุตตรสัมมาสัมโพธิญาณ ตรัสรู้

เป็นพระพุทธเจ้าด้วยพระองค์เอง ธรรมที่พระองค์ได้ทรงตรัสรู้นั้นก็คือ อริยสัจจ์ ๔ ได้แก่ **ทุกข์ สมุทัย** คือเหตุแห่งทุกข์ **นิโรธ** คือความดับเหตุแห่งทุกข์และ **มรรค** คือ หนทางดับเหตุแห่งทุกข์ ๘ ประการ ซึ่งเรียกว่า **อริยมรรค** มีองค์ ๘ และด้วยพระกรุณาธิคุณ พระพุทธองค์จึงได้ทรงสั่งสอนเวไนยสรรพสัตว์ทั้งหลายให้รู้แจ้งเห็นจริงตาม และปฏิบัติเพื่อพ้นทุกข์ตามภูมิธรรมของตนมาจนตราบเท่าทุกวันนี้

การเจริญ **สมาธิ** หรือขั้น **สมถ** นั้น อำนวยคุณประโยชน์หรืออานิสงส์แก่ผู้ปฏิบัติมากมายหลายประการ ทั้งในทางโลกและทางธรรม และเนื่องจากมีการสอนกันมากมายหลายสำนักดังที่ได้กล่าวมาแล้ว จึงมีปัญหาขึ้นว่า **วิธีใด เป็นวิธีที่ให้ผลแก่ผู้ปฏิบัติดีที่สุด**

จากที่ได้ศึกษาในเหตุและผล และได้ทดลองปฏิบัติภาวนาธรรมมาพอสมควร คณะศิษย์หลวงพ่อวัดปากน้ำฯจึงใคร่จะเชิญชวนท่านสาธุชน ได้ฝึกปฏิบัติภาวนา แบบวิชชาธรรมกายของพระพุทธเจ้า ซึ่งแต่เดิมวิชชานี้ได้มีผู้ปฏิบัติและรักษากันต่อมาดีอยู่ จนถึงประมาณ ๕๐๐ ปีภายหลังแต่ที่พระพุทธองค์ได้เสด็จเข้าปรินิพพานแล้ว หลังจากนั้น วิชชานี้ได้หายไป เพราะไม่มีผู้ปฏิบัติสืบต่อกันมา ซึ่งเป็นที่น่าเสียดายมาก แต่ก็เป็นบุญของเราอยู่ที่พระเดชพระคุณพระมงคลเทพมุนี หรือหลวงพ่อวัดปากน้ำ ภาษีเจริญ กรุงเทพฯ ได้ค้นคว้าคืนมาได้เมื่อประมาณ ๖๐ ปีที่แล้วมานี้เอง และได้สั่งสอนศิษยานุศิษย์เรื่อยมาจนกระทั่งพระคุณท่านได้มรณภาพลงเมื่อ พ.ศ. ๒๕๐๒ และหลังจากนั้น วิปัสสนาจารย์ซึ่งเป็นศิษย์ของพระเดชพระคุณหลวงพ่อก็ได้ปฏิบัติและถ่ายทอด อบรม สาธุชนผู้สนใจฝึกปฏิบัติธรรมเรื่อยมาจนตราบเท่าทุกวันนี้ ปรากฏผลดีแก่ผู้ปฏิบัติเป็นอันมาก จึงมีผู้นิยมฝึกปฏิบัติกันอย่างแพร่หลาย ทั้งในและนอกประเทศ

สำหรับเหตุผลในความดีพิเศษของการปฏิบัติภาวนาตามแบบวิชชาธรรมกายนี้มีอยู่มากและก็ได้นำมากล่าวบ้างแล้วในตอนต้น ๆ และจะได้นำมากล่าวอีกต่อไปเท่าที่จะพอเปิดเผยได้โดยที่ไม่ถึงกับจะเป็นการอวดอุตตริมนุษยธรรม

ตอนที่ ๒๔ สีลานุสสติ

ต่อไปนี้ จะได้กล่าวถึงการเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกายว่ามี "สีลานุสสติ" อยู่ในตัวเสร็จ

เรื่องนี้พระเดชพระคุณหลวงพ่อวัดปากน้ำ ได้เคยรับอาราธนาจากท่านเจ้าคุณพระพิมลธรรม เจ้าอาวาสและอธิบดีสงฆ์ วัดมหาธาตุ ให้ไปแสดงพระธรรมเทศนา เรื่อง "**กรรมฐาน**" แก่พระภิกษุสามเณร ณ พระอุโบสถวัดมหาธาตุ เมื่อวันที่ ๗ ตุลาคม พ.ศ. ๒๔๙๐ เวลา ๑๖.๐๐ น. ซึ่งบันทึกโดยพระทิพย์ปริญญา มีเนื้อความตอนหนึ่งว่า

ศีล ไม่ว่าจะเป็นศีลของคฤหัสถ์หรือศีลบรรพชิต ต่างก็มีวัตถุประสงค์เพื่อความบริสุทธิ์กาย วาจา และใจด้วยกันทั้งนั้น ความบริสุทธิ์กายและวาจา เนื่องแต่การรักษาศีล นับเป็น**เจตนาศีล**, และความบริสุทธิ์ใจ เป็น**เจตสิกศีล ซึ่งความบริสุทธิ์ไตรทวารดังกล่าวนี้เป็นแต่อาการของศีลเท่านั้น ยังไม่เป็นที่ตั้งของสมาธิได้ ที่จะเป็นที่ตั้งของสมาธิได้ จะต้องเป็นศีลในกรรมฐาน** คือ "**สีลานุสสติ**" คือการศึกษาให้เข้าใจเรื่องราวของศีลว่ามีวิธีการปฏิบัติเช่นไร เพราะเหตุใดจึงต้องรักษาศีลเป็นต้น เมื่อเข้าใจเรื่องราวของศีลดีแล้วก็รักษาศีลให้บริสุทธิ์สมบูรณ์อยู่เสมอ เมื่อกาย วาจา และใจบริสุทธิ์ด้วยศีล ก็ระลึกถึงความบริสุทธิ์นั้นเนือง ๆ อยู่

ความบริสุทธิ์นั้นอยู่ตรงไหน ? ก็อยู่ที่ตรงกำเนิดเดิม คือ ณ ที่ศูนย์กลางกาย ซึ่งมี "**ว่าง**" เป็นจุดเล็กใสเท่าปลายเข็มหรือเมล็ดโพธิ์ เมล็ดไทร อยู่ที่นั่น ที่ว่าเป็นกำเนิดเดิมก็เพราะเมื่อแรกที่จะปฏิสนธินั้น "**ใจ**" อันประกอบด้วยความเห็น ความจำ ความคิด และความรู้ ของบิดาบุตร และมารดา จะรวมหยุด ณ ที่ศูนย์กลางกายตรงนั้น ความจริงข้อนี้จะสามารถเห็นได้ด้วยญาณพระธรรมกาย

ทีนี้เมื่อใจกับกำเนิดเดิมอันเป็นที่ตั้งของดวงธรรมที่ทำให้เป็นมนุษย์ประกอบกันถูกส่วนเข้าก็จะถึงดวงศีล หรือเห็นดวงศีลนี้ด้วยใจ

ดวงศีลนี้ซ้อนอยู่ในดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายทุกกาย ตั้งแต่กายโลกียจนถึงกายโลกุตตระ คือ**ธรรมกาย** ทั้งหยาบละเอียดจนสุดกายหยาบกายละเอียด

ศีลของคฤหัสถ์มีตั้งแต่ศีล ๕ ถึงศีล ๘ ส่วนสามเณรก็รักษาศีล ๑๐ และพระภิกษุรักษาศีล ๒๒๗ อาจจะมีผู้สงสัยว่าศีลของพระภิกษุมีมากตั้ง ๒๒๗ ข้อ จะรักษาได้อย่างไรไหว ? คำตอบมีง่ายนิดเดียว คือ **ถ้าพระภิกษุ สามเณร อุบาสกหรืออุบาสิกา เจริญภาวนาจนถึงดวงศีลนี้แล้ว รักษาแต่เพียงดวงกลมใสนั่นไว้เรื่อย โดยเอาใจหยุดหรือจรด ณ ที่ศูนย์กลางดวงศีลนั้นให้ชำนาญในทุกอิริยาบถ คือนั่งก็เห็น นอนก็เห็น เดินก็เห็น ยืนก็เห็น อยู่เสมอ ไม่ให้หายไปไหน ก็เป็นอันคุ้มได้หมด** ดังบาลีพระพุทธภาษิตที่ว่า **มโนปุพฺ คมา ธมฺมา มโนเสฏฺฐา มโนมยา** แปลความว่า

"ธรรมทั้งหลาย มีใจถึงก่อน มีใจเป็นหัวหน้า มีใจประเสริฐสุด สำเร็จได้ด้วยใจ" คือถ้าใจชั่วจะคิดก็คิดชั่ว จะพูดจะทำสิ่งใดก็พูดชั่วทำชั่ว แต่ถ้าใจดีเสียแล้ว จะคิดก็คิดดี จะพูดก็พูดดี จะกระทำสิ่งใดก็กระทำดี

การเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกายด้วยวิธีการทำใจให้หยุดในหยุด ณ ที่ศูนย์กลางกายหรือกำเนิดเดิม ถูกส่วนเข้าก็จะเห็นดวงธรรมที่ทำให้เป็นกาย และหยุดในหยุดลงไปที่ศูนย์กลางดวงธรรมก็จะถึง**ดวงศีล** ซึ่งเป็นศีลในกรรมฐานอันเกิดแต่การรำลึกถึงความบริสุทธิ์กาย วาจาและใจตรงกำเนิดเดิมนั่นเอง ทีนี้ ตรงกลางดวงศีลนั้นเองเป็นที่ตั้งของ**ดวงสมาธิ** เมื่อจรดใจลง ณ ที่ศูนย์กลางดวงศีลถูกส่วนเข้า ดวงศีลก็จะว่างหายไป และปรากฏเห็นดวงสมาธิขึ้นมาแทนที่ และเมื่อหยุดนิ่งลงไปที่ศูนย์กลางดวงสมาธิก็จะถึง**ดวงปัญญา ดวงวิมุตติ** และ**ดวงวิมุตติญาณทัศนะ**ตามลำดับ

หากจะอธิบายเป็นภาษาง่าย ๆ ก็คือว่า **เพราะมนุษย์มีคุณธรรม จึงเป็นผู้มีศีล เมื่อมีความบริสุทธิ์กาย วาจาและใจด้วยศีลอันบริสุทธิ์ และระลึกถึงความบริสุทธิ์นั้นเนือง ๆ อยู่ ถูกศูนย์ถูกส่วนเข้าก็จะเห็นดวงศีลด้วยใจ เป็นศีลในกรรมฐาน** หรือที่เรียกว่า**สีลานุสสติ อันเป็นที่ตั้งของสมาธิชอบ ซึ่งดำเนินไปเพื่อให้เกิดปัญญารู้แจ้งในสัจจธรรม และกำจัดเสีย ซึ่งอาสวกิเลส ตัณหา อุปาทาน อันเป็นเหตุแห่งทุกข์ทั้งหลายให้หมดไปเป็นชั้น ๆ คือวิกขัมภณวิมุตติ ตะทังควิมุตติ และสมุจเฉทวิมุตติ ต่อไปในเบื้องหน้า**

การเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกาย จึงนับว่าได้มีอนุสสติอยู่ครบถ้วน เท่าที่ได้เคยกล่าวมาแล้วก็มี พุทธานุสสติ ธัมมานุสสติ สังฆานุสสติ สีลานุสสติ จาคานุสสติ มรณัสสติ และกายคตาสติเป็นต้น

นอกจากนี้ก็ยังมีอนุสสติอื่น ๆ อีกเช่น **อานาปานสติ** กล่าวคือ ในระยะเริ่มต้นของการเจริญภาวนาธรรมตามแนวนี้ ได้แนะนำให้ผู้ฝึกปฏิบัติใหม่ ๆ กำหนดบริกรรมนิมิตและบริกรรมภาวนาคู่กัน ณ ที่ปากช่องจมูก หญิงให้กำหนด ณ ที่ปากช่องจมูกข้างซ้าย ชายให้กำหนด ณ ที่ปากช่องจมูกข้างขวาเพื่อให้ใจ อันประกอบด้วย**ความเห็น ความจำ ความคิด** และ**ความรู้** หยุดรวมกันเป็นอารมณ์เดียว ณ ที่ปากช่องจมูก อันเป็นปลายทางลมหายใจเข้าออกนั่นเอง นี้เป็น**ฐานที่ ๑**

แล้วจึงให้เลื่อนเครื่องหมายหรือนิมิตที่ให้กำหนดขึ้น ณ ที่ปากช่องจมูกนั้น ไปยังหัวตาด้านใน เป็น**ฐานที่ ๒** แล้วจึงให้ค่อย ๆ เลื่อนเครื่องหมายใสสว่างนั้นไปยังกลางกั๊กศีรษะ นับเป็น**ฐานที่ ๓**, แล้วก็เลื่อนเครื่องหมายต่อไปยังเพดานปาก นับเป็น**ฐานที่ ๔**, แล้วก็เลื่อนเครื่องหมายนั้นไปหยุดอยู่ ณ ปากช่องลำคอ **ฐานที่ ๕**, แล้วก็ค่อย ๆ เลื่อนเครื่องหมายลงไปตามเส้นทางลมหายใจเข้าออกช้า ๆ ตรง ๆ ไปหยุดอยู่ ณ ศูนย์กลางกายตรงที่สุดลมหายใจเข้าออก ตรงระดับราวสะดือพอดี เรียกว่า**ฐานที่ ๖**, แล้วจึงให้ขยับเครื่องหมายหรือนิมิตนั้น

กลับขึ้นมาตรง ๆ มาหยุดอยู่ตรงเหนือระดับสะดือสองนิ้วมือ เรียกว่า ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ แล้วต่อไปก็ให้ทำใจให้หยุดอยู่ ณ ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ นี้เสมอ และตลอดไปในทุกอิริยาบถ คือไม่ว่าจะเป็นในขณะเดิน ยืน นั่งหรือจะนอนก็ตาม

การให้ตั้งใจหรือรวมใจหยุดอยู่ ณ ฐานที่ ๑ ตรงปากช่องจมูก ซึ่งเป็นปลายทางลมหายใจเข้าออกก็ดี หรือจะให้ตั้งใจอยู่ ณ ที่ศูนย์กลางกาย ตรงที่สุดลมหายใจเข้าออก ซึ่งเป็นต้นทางลมหายใจเข้าออกก็ดี ล้วนแต่มีลักษณะที่เป็นอานาปานสติทั้งสิ้น เพราะเป็นการมีสติรู้ทุกระยะลมหายใจเข้าออกนั่นเอง

แต่การเจริญภาวนาตามแนวนี้ ไม่ให้ส่งใจไปตามลมหายใจเข้าออกแต่ประการใด คงให้มีสติรู้อยู่ ณ ที่ศูนย์กลางกายตรงต้นทางลมหายใจเข้าออกเท่านั้น เมื่อใจถูกประคองให้รวมหยุดอยู่ ณ ที่ศูนย์กลางกำเนิดเดิมหนัก ๆ เข้า ก็จะค่อย ๆ รวมหยุดเป็นจุดเดียวหรืออารมณ์เดียว ณ ที่นั้น แล้วก็จะเห็นดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ดังที่ได้กล่าวมาแล้ว

เมื่อรวมใจหยุด ผ่านดวงธรรม ดวงศีล ดวงสมาธิ ดวงปัญญา ดวงวิมุตติ และวิมุตติญาณทัศนะของมนุษย์หยาบและมนุษย์ละเอียด ก็จะถึงดวงธรรมและกายทิพย์หยาบและละเอียดต่อไปตามลำดับ เมื่อถึงกายทิพย์ ใจของทิพย์ก็จะทำหน้าที่รู้เห็นเรื่องราวของทิพย์ ตลอดทั้งคุณธรรมของทิพย์โดยตลอด

และด้วยการดำเนินไปในแบบเดิมอีก ก็จะถึงดวงธรรมและกายของพรหมหยาบและพรหมละเอียด, ดวงธรรมและกายอรูปพรหมทั้งหยาบ–ละเอียดอีกต่อไปตามลำดับ โดยนัยนี้ใจของรูปพรหมและอรูปพรหมก็จะทำหน้าที่รู้เห็นเรื่องราวใน**กามภพ รูปภพ** และ**อรูปภพ** โดยตลอด ตลอดทั้งคุณธรรมของพรหมและอรูปพรหมด้วยการที่ได้ทั้งรู้และทั้งเห็น

จึงกล่าวได้ว่า การเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกายนี้ **มีอานาปาสติ** และ**เทวตานุสสติ** อยู่พร้อม และจะประจักษ์ชัดว่าช่วยให้เจริญปัญญาจากการที่ได้ทั้งรู้และทั้งเห็นความจริงตามสภาพที่เป็นจริง

ตอนที่ ๒๕ การเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกาย ช่วยให้รักษาศีลบริสุทธิ์และสมบูรณ์ดีเร็วขึ้น

การเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกายนี้ **เป็นการปฏิบัติธรรมเพื่อคุ้มครองรักษาจิตซึ่งเป็นต้นของความคิดหรือเจตนาในความประพฤติปฏิบัติทางกายและวาจา** เมื่อจิตใจได้รับการคุ้มครองรักษาให้สะอาดบริสุทธิ์อยู่เสมอแล้ว กายและวาจาก็ย่อมจะพลอยสะอาด บริสุทธิ์ไปด้วย ดังบาลีพระพุทธภาษิตซึ่งมีมาในพระธรรมบท ยมกวรรคที่ ๑ เรื่องพระจักขุบาลเถระว่า **มโนปุพฺพงฺคมา ธมฺมา มโนเสฏฺฐา มโนมยา** ซึ่งแปลความว่า **ธรรมทั้งหลายมีใจเป็นหัวหน้า มีใจเป็นใหญ่ สำเร็จแล้วด้วยใจ** และว่า **มนสา เจ ปทุฏฺเฐน, ภาสติ วา กโรติ วา,** แปลความว่า **ถ้าบุคคลมีใจชั่วแล้ว พูดอยู่ก็ตาม กระทำอยู่ก็ตาม (ก็ย่อมชั่วด้วย), ตโต นํ ทุกฺขมเนฺวติ, จกฺกํว วหโต ปทํ** แปลความว่า **เพราะความชั่วนั้น ทุกข์ย่อมติดตามบุคคลผู้นั้นไป ประดุจล้อตามรอยเท้าแห่งโค ผู้นำแอกไปอยู่ ฉะนั้น**

สำหรับผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวนี้ ในเบื้องต้น หรือในขั้นสมถกรรมฐาน ก็ฝึกใจให้หยุดให้นิ่งเป็นสมาธิที่แนบแน่นมั่นคง เมื่อใจหยุดนิ่งอยู่เสมอแล้ว จิตซึ่งเป็นธรรมชาติที่ทำหน้าที่คิดก็จักไม่ฟุ้งซ่านไปตามอารมณ์ที่มากระทบได้โดยง่าย กิเลสจึงไม่สามารถที่จะเข้ามาดลจิตดลใจให้ปฏิบัติตามอำนาจของมันได้ง่าย ๆ เมื่อจิตถูกคุ้มครองรักษาให้บริสุทธิ์สมบูรณ์อยู่เสมอดั่งนี้แล้ว กิเลสก็จะค่อย ๆ หมดไปเอง และทำให้ผู้ปฏิบัติธรรมนั้นมีศีลที่บริสุทธิ์ สมบูรณ์เร็วยิ่งขึ้นด้วย

การกระทำใจ ฝึกจิตใจให้หยุดให้นิ่งนี้ ได้มีอุบายผูกใจไว้กับ **บริกรรมนิมิต** คือให้ตรึกนึกให้เห็นด้วยใจ เป็นเครื่องหมายดวงแก้วกลมใส หรือพระพุทธรูปแก้วใส แล้วก็ให้ใจหยุดอยู่ที่กลางนิมิตที่ใสนั้นตรงศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ มีที่หมายเป็นจุดเล็กใสเท่าปลายเข็มกับ **บริกรรมภาวนา** คือให้นึกท่องในใจว่า "สัมมาอะระหัง ๆๆๆ" ไปเรื่อย ร้อยครั้งพันครั้ง เพื่อประคองนิมิตนั้นไว้เสมอ ไม่ช้า เมื่อ "ใจ" อันประกอบด้วย **ดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิด** และ**ดวงรู้** ถูกประคองให้มารวมอยู่ในบริกรรมนิมิตและบริกรรมภาวนาหนักเข้าก็จะค่อย ๆ รวมหยุดเป็นจุดเดียวกันได้โดยง่าย ไม่ฟุ้งซ่านคล้อยไปตามอารมณ์ภายนอกที่มากระทบอีก เมื่อสามารถรวมหยุดนิ่งได้ถูกส่วนเข้า ก็จะเข้าสิบแล้วก็จะเห็นศูนย์ กล่าวคือจะตกสูญลงไป ณ ศูนย์กลางกายฐานที่ ๖ ตรงระดับสะดือพอดี แล้วดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ ที่เรียกว่า **ดวงปฐมมรรค** หรือ**ดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน** ก็จะลอยขึ้นมายังศูนย์กลางกาย ฐานที่ ๗ เหนือระดับสะดือประมาณสองนิ้วมือ ดวงธรรมนี้เองเป็นที่ตั้งของดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิด และดวงรู้ ซึ่งเป็นจิตใจดวงใหม่ซ้อนขึ้นมาด้วย เป็นจิตใจที่ใสสะอาดบริสุทธิ์จากนิวรณ์ธรรมทั้งหลาย และนอกจากนี้

ยังมีอานุภาพที่สำคัญหลายประการโดยเฉพาะอย่างยิ่ง **มีสภาพที่เป็นทิพย์** เพราะในท่ามกลางดวงธรรมนี้เอง เป็นที่ตั้งของกายมนุษย์ละเอียดหรือที่เรียกว่า "**กายฝัน**" ซึ่งเป็นกายในกาย ณ ภายใน

เมื่อใจของกายมนุษย์หยาบหรือกายเนื้อหยุดนิ่งได้ถูกส่วนเข้า ก็จะหยุดอยู่ตรงกันกายมนุษย์ละเอียดซึ่งมีสภาพที่เป็นทิพย์ ทำให้ใจของกายมนุษย์หยาบพลอยสามารถรู้เห็นสิ่งที่เป็นทิพย์หรือสิ่งที่ละเอียด ลี้ลับ เกินกว่าความสามารถของตาเนื้อ ของกายมนุษย์หยาบที่จะรู้เห็นได้

แปลว่าในเบื้องต้นที่ผู้ปฏิบัติธรรมสามารถทำใจให้หยุดให้นิ่งตรงศูนย์กลางกายได้ ก็จะได้ความสามารถพิเศษ คือ ทิพยจักขุ และ ทิพยโสต อันสามารถจะรู้เห็นหรือได้ยินสิ่งที่ละเอียดที่ลี้ลับหรืออยู่ห่างไกล เกินกว่าความสามารถของอายตนะภายในธรรมดา เช่น ตา หู ของกายมนุษย์หยาบหรือกายเนื้อจะสามารถสัมผัสรู้เห็นได้

เมื่อรวมใจให้หยุด ให้นิ่งต่อไปอีก นิ่งลงไปที่กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์นั่นแหละพอถูกส่วนเข้า ดวงธรรมนั้นก็จะว่างหายไป แล้วจะปรากฏดวงกลมใสดวงใหม่บังเกิดขึ้นมาแทนที่ คือ **ดวงศีล** นับเป็น**ศีลบริสุทธิ์ในกรรมฐาน** หรือที่เรียกว่า **สีลานุสสติ** อันเป็นไปเพื่อ "สมาธิยิ่ง" ที่เรียกว่า **อธิศีล** และ "ปัญญายิ่ง" ที่เรียกว่า **อธิปัญญา**

การเจริญภาวนามาถึงดวงศีลนี้ ผู้ปฏิบัติธรรมทุกคน หากสังเกตดูที่เหตุและผลแล้วก็จะพบว่า **ถ้าหากกาย วาจา ใจ ไม่บริสุทธิ์จริง ๆ แล้ว ไม่มีทางที่จะเข้าถึงดวงศีลนี้ได้** ต้องสะอาดบริสุทธิ์ทั้งกาย วาจา และใจทีเดียว จึงจะสามารถเห็นดวงธรรมและดวงศีลนี้ได้ และมีข้อสังเกตอีกต่อไปด้วยว่า **แม้จะได้เคยปฏิบัติมาถึงดวงธรรมและดวงศีลนี้แล้ว หากกาย วาจา และใจกลับทุจริต ไม่สะอาดบริสุทธิ์ แม้เพียงประพฤติผิดศีลขั้นพื้นฐาน คือ เบญจศีล ข้อใดข้อหนึ่งก็ไม่สามารถจะเห็นดวงธรรมนั้นอีก จนกว่าจะได้พยายามประพฤติดี ปฏิบัติชอบทั้งกาย วาจา และใจ จนสะอาดบริสุทธิ์ใหม่อีก จึงจะสามารถเข้าถึง และเห็นดวงธรรมดวงศีลนี้ได้อีก**

เพราะฉะนั้นความประพฤติปฏิบัติต้องบริสุทธิ์จริง ๆ จึงจะสามารถเข้าถึงและประคองดวงกลมใสนั้นไว้อยู่ได้ ท่านผู้รู้จากการปฏิบัติธรรมจึงกล่าวกันว่า **เพียงแต่รักษาดวงกลมใส ๆ นั่นไว้อย่างเดียว ก็คุ้มได้หมด** คือหมายความว่า **ไม่ต้องตกไปในอบายหรือทุคติเพราะผิดศีลนั่นเอง**

การปฏิบัติภาวนาตามแนวนี้ **จึงเป็นเครื่องวัดจิตใจของตนเองว่าใสสะอาดบริสุทธิ์เพียงใด** นี่เป็นแต่เพียงเบื้องต้นเท่านั้นนะ การเจริญสติปัฏฐาน โดยเฉพาะอย่างยิ่ง **เวทนานุปัสสนา จิตตานุปัสสนา** ยังมีละเอียดพิสดารยิ่งกว่านี้อีกมากนัก คือสามารถให้เจริญปัญญาจากการที่ได้ทั้งรู้และทั้งเห็น เวทนาในเวทนา และจิตในจิต เป็นทั้งภายในและภายนอก ได้ชัดแจ้งอีกด้วย ซึ่งจะได้กล่าวต่อไปในโอกาสหน้า ตอนนี้เพียงประสงค์จะขอให้ท่านผู้ฟังได้ทำความเข้าใจไว้ใน

ขั้นต้นนี้ก่อนว่า การปฏิบัติธรรมตามแนววิชชาธรรมกายนี้ ช่วยให้ผู้ปฏิบัติธรรมมีศีลอันบริสุทธิ์สมบูรณ์ดียิ่งขึ้น เร็วขึ้นอย่างไร

เพื่อความเข้าใจเรื่องนี้ จะขอสรุปย่อ **พระธรรมเทศนา** ซึ่งแสดงโดย**พระเดชพระคุณพระมงคลเทพมุนี** หรือ**หลวงพ่อวัดปากน้ำ**ที่ได้แสดงไว้ว่า

"**ศีล**" โดยปกตินั้น หมายเอาการสำรวมกายและวาจาไว้ด้วยดี เรียบร้อย ไม่มีโทษ คืองดเว้นจากการประพฤติผิดศีลอย่างน้อย ๕ ประการ ได้แก่งดเว้นจากการฆ่าสัตว์ที่มีชีวิตให้ตายไป ตลอดทั้งงดเว้นจากการผจญสัตว์ให้เดือดร้อนด้วยประการต่าง ๆ, งดเว้นจากการถือเอาสิ่งของของผู้อื่นโดยที่เจ้าของเขาไม่อนุญาต ด้วยอาการอย่างขโมย, งดเว้นจากการล่วงประเวณีกับบุรุษหรือสตรีที่มีคู่ครองอยู่หรือมีจารีตห้าม, งดเว้นจากการพูดจาที่เป็นเท็จ หรือแสดงอาการที่เป็นเท็จ หลอกลวงผู้อื่น ตลอดทั้งการยุแยกให้แตกความสามัคคี และงดเว้นจากการเสพสิ่งเสพติดมึนเมาให้โทษ อันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาททั้งหลาย โดยเด็ดขาดจากสันดานบริสุทธิ์ผุดผ่องเป็นเบญจวิรัติ ทั้งกายและวาจา จากความประพฤติอันเป็นบาปอกุศลทั้ง ๕ ประการดังกล่าว เช่นเดียวกับพระอริยสาวกในธรรมวินัยของพระพุทธเจ้านี้ นับเป็นเพียง **ศีล โดยปริยายเบื้องต่ำ** เท่านั้น

ต่อเมื่อพระภิกษุหรือสามเณรผู้ปฏิบัติธรรม ได้ศึกษาและสามารถสำรวมระวังรักษาศีลตามพระปาฏิโมกข์ ได้อย่างเคร่งครัด เว้นข้อที่พระพุทธองค์ได้ทรงห้าม ประพฤติปฏิบัติตามข้อที่พระพุทธองค์ได้ทรงอนุญาต ถึงพร้อมด้วยมารยาทและโคจร มีปกติเห็นโทษภัยทั้งหลายแม้ว่าเป็นเพียงโทษเล็กน้อย สามารถศึกษาอยู่ในสิกขาบทน้อยใหญ่ทั้งหลายดังนี้ จึงจะจัดเป็น **ศีล โดยปริยายเบื้องสูง** เพราะ**มีความบริสุทธิ์ทั้งกาย วาจา** และ**ทั้งเจตนา** อันเป็นความคิดอ่านทางใจ ดังบาลีพระพุทธภาษิตที่ว่า **เจตนาหํ ภิกฺขเว สีลํ วทามิ** แปลความว่า "**ดูก่อน ภิกษุทั้งหลาย เรากล่าวว่า เจตนา ความคิดอ่านทางใจนั่นแหละ เป็นตัวศีล**" ศีลโดยปริยายเบื้องสูงจึงเป็นเครื่องกลั่นกรองกาย วาจา และใจ ให้สะอาดบริสุทธิ์ ละเอียดประณีตยิ่งขึ้นไปกว่าศีลโดยปริยายเบื้องต่ำ แต่ก็ยังไม่ถึงขั้น **อธิศีล** หรือ **ศีลอันยิ่งแท้ ๆ**

อธิศีล หรือ **ศีลยิ่ง** นั้นเป็น **ศีลที่เห็น** ไม่ใช่เพียงแต่เป็น **ศีลที่รู้**

ความจริง เจตนาความคิดอ่านและความประพฤติปฏิบัติที่เป็นปกติ สละสลวย เรียบร้อยนั้นมาจากอธิศีล หรือศีลยิ่ง แต่ถ้าใจซึ่งเป็นต้นของเจตนายังไม่หยุดไม่นิ่ง ยังไม่จรดติดอยู่กับศีลอันยิ่งนี้แล้ว ก็ยังนับเป็นแต่เพียงเจตนาศีลหรือศีลรู้เท่านั้น

แต่เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมเจริญภาวนาเพื่อชำระทั้งกาย วาจา และใจให้ใสสะอาดบริสุทธิ์จนเข้าถึง**ศีลซึ่งเป็นดวงกลม ขาวใสบริสุทธิ์** อยู่ในท่ามกลาง **ดวงธรรม** ที่ทำให้กายมนุษย์ใสบริสุทธิ์เท่าฟองไข่แดงของไก่ อย่างโตเท่าดวงจันทร์ ดวงอาทิตย์ และดวงศีลนี้ก็จะมีขนาดเท่าดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ แต่ใสละเอียดกว่า สว่างกว่าดวงธรรม อันเป็นเครื่องกลั่น

กรองกาย วาจา และใจให้สะอาดบริสุทธิ์จริง ๆ ให้ละเอียด ประณีตยิ่งไปกว่าศีลที่รู้หรือเจตนาศีลในทางปฏิบัติไปอีก **ศีลที่เห็น** นี้เองจึงจะนับเป็น **อธิศีล** หรือ **ศีลยิ่งแท้** ๆ เพราะเมื่อจิตใจหยุดนิ่งสนิทจรดติดอยู่ ณ ที่ศูนย์กลางดวงศีลนี้แล้วเป็นอันสะอาดบริสุทธิ์ทั้งกาย วาจา และใจ ตลอดทั้งเจตนาอันเป็นความคิดอ่านทั้งหมด

และประการที่สำคัญที่สุดก็คือว่า **เมื่อถึงดวงศีลดวงนี้แล้วศีลของตนจะบริสุทธิ์หรือจะมัวหมองอย่างไร กาย วาจา และใจของตนจะสะอาดเพียงไหน ก็จะสามารถรู้เห็นได้เองตามความเป็นจริง**

นี่ก็เป็นการสรุปพระธรรมเทศนาของพระเดชพระคุณหลวงพ่อวัดปากน้ำที่เกี่ยวกับศีล

เมื่อบุคคลมีศีลสังวรอันบริสุทธิ์สมบูรณ์ยิ่งขึ้นเพียงใด อินทรียสังวรก็ย่อมจะบริสุทธิ์สมบูรณ์ยิ่งขึ้นเพียงนั้น หรืออีกนัยหนึ่ง สติสัมปชัญญะ ความรู้สึกผิดชอบชั่วดีก็ยิ่งสมบูรณ์มากยิ่งขึ้นเพียงนั้น

อีกประการหนึ่งที่ว่า การปฏิบัติภาวนาตามแนววิชชาธรรมกาย ช่วยให้ผู้ปฏิบัติมีศีลอันบริสุทธิ์และมั่นคงยิ่งขึ้นนั้น ก็คือว่า เมื่อผู้ปฏิบัติภาวนาเข้าถึงกายมนุษย์ละเอียดและได้ความสามารถในการรู้เห็นสิ่งที่ละเอียดประณีตยิ่งกว่าที่จะสามารถรู้เห็นด้วยตา หู จมูก ลิ้น กาย และใจของมนุษย์หยาบหรือของกายเนื้อตามธรรมดานี้เอง **ทำให้สามารถรู้เห็นผลของการประพฤติปฏิบัติที่ผิดศีลของสัตว์โลกทั้งหลายรวมทั้งตนเองด้วย ทั้งในอดีต ปัจจุบัน และอนาคต และสามารถรู้เห็นอานิสงส์ หรือผลจากการประพฤติดี ประพฤติชอบ อยู่ในกรอบแห่งศีลธรรมได้ตามความเป็นจริงอย่างกว้างขวาง** ตามภูมิธรรมที่ปฏิบัติได้ ดังที่ได้เคยยกตัวอย่างประสบการณ์ของลุงจอนมาเล่าสู่ท่านแล้วหลายครั้ง **เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมสามารถรู้ผลดีของการรักษาศีลและโทษของการประพฤติผิดศีล ตามความเป็นจริงและกว้างขวางกว่าบุคคลธรรมดาโดยทั่วไปที่ไม่ศึกษาและปฏิบัติธรรมก็ย่อมช่วยให้ผู้ปฏิบัติธรรมผู้นั้นมีศีลที่บริสุทธิ์และมั่นคงยิ่งขึ้น**

จึงกล่าวได้ว่า การเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกายนั้น ช่วยให้ผู้ปฏิบัติมีศีลที่บริสุทธิ์และมั่นคงยิ่งขึ้นอย่างรวดเร็ว

ตอนที่ ๒๖ ปกติศีล อธิศีล วิมุตติศีล : ศีลรู้ ศีลเห็น

การเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกายนี้ ช่วยให้ผู้ปฏิบัติธรรมมีศีลอันบริสุทธิ์ได้โดยรวดเร็วและมั่นคง โดยเฉพาะอย่างยิ่ง การปฏิบัติธรรมตามแนวนี้ช่วยให้ผู้ปฏิบัติเข้าถึง **ศีลที่เห็น** ซึ่งเป็น **อธิศีล** หรือ**ศีลยิ่ง**ที่แท้จริง ไม่ใช่เพียงแต่ **ศีลที่รู้**หรือ**เจตนาศีล** ในทางปริยัติเท่านั้น แต่เท่าที่กล่าวมาแล้วนั้นก็ยังนับเป็นแต่เพียงการเข้าถึง **อธิศีล** ของกายในภพ ๓ ยังมี **อธิศีล** ของกายธรรม ซึ่งพ้นภพ ๓ ไปแล้ว ที่เป็น **อธิศีล** หรือ **ศีลยิ่ง** ไปกว่า **ศีลที่เห็น**ของกายภายในภพ ๓ ต่อไปอีก กล่าวคือ

เมื่อผู้เจริญภาวนาได้รวมใจให้หยุด ให้นิ่งลงไป ณ ที่ศูนย์กลางกาย ฐานที่ ๗ เหนือระดับสะดือสองนิ้วมืออันเป็นฐานที่ตั้งของใจได้ถูกส่วนเข้า "**ใจ**" อันประกอบด้วย ดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิด และดวงรู้ ก็จะรวมหยุดเป็นจุดเดียวกัน เป็น**เอกัคคตารมณ์** และก็จะ**เข้าสิบ เข้าศูนย์** คือตกสูญลงไปยังศูนย์กลางกาย ฐานที่ ๖ ตรงระดับสะดือพอดี แล้วดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ใสบริสุทธิ์ประมาณเท่าฟองไข่แดงของไก่ หรืออย่างโตเท่าดวงอาทิตย์ ดวงจันทร์ จะลอยขึ้นมายังศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ เป็นดวงกลมใสแจ่มบังเกิดขึ้น เมื่อผู้เจริญภาวนารวมใจหยุดในหยุดนิ่งลงไป ณ ที่ศูนย์กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์นั้น พอหยุดถูกส่วนเข้า ดวงธรรมก็จะตกสูญอีก ผู้ปฏิบัติก็จะเห็นดวงธรรมว่างหายไป แล้วปรากฏ **ดวงศีล** ซึ่งมีขนาดเท่าเดิมแต่ใสละเอียดกว่า ผุดลอยขึ้นมาแทนที่ **ศีลที่เห็น**นี้เอง ที่เป็น**อธิศีล** หรือ **ศีลอันยิ่ง** แท้ ๆ เพราะ**เมื่อใจของบุคคลเข้าถึงและจรดติดดวงอธิศีลนี้แล้ว กาย วาจา ใจ ตลอดทั้งเจตนา ความคิดอ่านทั้งสิ้นทั้งปวง เป็นอันสะอาดหมดจด** แต่ถ้าใจไม่จรดติดอยู่ที่ดวงศีลนี้ก็ดี หรือดวงศีลมัวหมอง ไม่ผ่องแผ้วก็ดี ความบริสุทธิ์กาย วาจา และใจ ตลอดทั้งเจตนาความคิดอ่านทั้งหลายก็ลดลงตามส่วน นอกจากนี้ผู้ถึงธรรมกายแล้ว หรือแม้เพียงถึงดวงศีลนี้ ย่อมสามารถพิจารณาเห็น**จิตในจิต**ของตนเองและของผู้อื่นว่า มีความบริสุทธิ์กาย วาจา ใจ และเจตนาความคิดอ่านเพียงใด ดังจะได้กล่าวต่อไปในโอกาสข้างหน้า

ดวงศีลนี้อยู่ในท่ามกลาง**ดวงธรรมที่ทำให้เป็นกาย**ของทุกกาย จนสุดกายหยาบ กายละเอียดทีเดียว

แปลว่า เมื่อถึงดวงอธิศีลนี้ และยิ่งถ้าถึงธรรมกายแล้ว ศีลของตนเองและผู้อื่นจะบริสุทธิ์เพียงใด ก็จะสามารถรู้เห็นได้ด้วยตนเอง แจ้งชัดตามระดับธรรมที่ปฏิบัติได้ นอกจากนี้ ผู้ปฏิบัติธรรมตามแนวนี้ยังสามารถรู้เห็นสภาวะจริงของธรรมชาติตามที่เป็นจริง โดยเฉพาะอย่างยิ่งในกรณีเรื่องศีลนี้ เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมเจริญภาวนาถึงธรรมกายแล้วน้อมเข้าสู่ปุพเพนิวาสานุสสติญาณ หรือจุตูปปาตญาณ ก็จะสามารถรู้เห็นผลของการปฏิบัติผิดศีล และอานิสงส์ของการรักษาศีล

ให้บริสุทธิ์สมบูรณ์อยู่เสมอ จากเรื่องราวหรือเหตุการณ์ทั้งของตนเองและของผู้อื่นในอดีต ปัจจุบันและในอนาคตได้ เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมสามารถเจริญปัญญาจากการที่ได้ทั้งรู้และทั้งเห็นดั่งนี้แล้ว ย่อมรู้จักทางเจริญและทางเสื่อมได้ชัดแจ้งกว่าผู้อื่นที่ไม่สามารถจะรู้เห็นดังที่กล่าวนี้ได้เป็นธรรมดา ศีลของผู้ปฏิบัติธรรมดังกล่าวจึงบริสุทธิ์สมบูรณ์ดีและมั่นคงยิ่งขึ้น

โดยการเจริญภาวนา ทำใจให้หยุดให้นิ่ง กลางของกลาง ๆ ผ่านดวงศีล ดวงสมาธิ ดวงปัญญา ดวงวิมุตติ และวิมุตติญาณทัศนะนี้เอง จากกายมนุษย์หยาบ ก็จะถึงกายมนุษย์ละเอียด, กายทิพย์ กายทิพย์ละเอียด, กายพรหม กายพรหมละเอียด, กายอรูปพรหม กายอรูปพรหมละเอียด กายทั้งแปดนี้เป็นกายในภพ ๓ คือ กามภพ รูปภพ และอรูปภพ

โดยการปฏิบัติในแนวเดียวกันนี้ต่อไปอีก ก็จะถึง**กายธรรม**หรือ**ธรรมกาย** ซึ่งมีลักษณะเหมือนพระพุทธปฏิมากร เกตุดอกบัวตูมใสบริสุทธิ์เหมือนเพชรลูกที่เจียระไนแล้ว มีรัศมีสว่างปรากฏอยู่ในท่าขัดสมาธิ หันหน้าไปในทางเดียวกันกับผู้ปฏิบัติ ตรงที่ศูนย์กลางกายนั้นแหละ มีขนาดโตเกือบ ๕ วา บางรายอาจจะเห็นในครั้งแรกขนาดประมาณคืบหนึ่งก็มี แต่ถ้าหากรวมใจหยุดในหยุดนิ่งอยู่ที่ศูนย์กลางกายธรรมนี้แล้ว ก็จะขยายโตขึ้นเต็มส่วนเอง อย่างโตมีขนาดถึง ๒๐ วา คือกายพระอรหัต

กายธรรมนี้เองที่เป็นกายนอกภพ พ้นภพ ๓ สูงขึ้นไปอีก เมื่อถึงกายนี้แล้วจะเห็นว่าดวงธรรมที่ทำให้เป็นธรรมกาย ดวงอธิศีล ดวงอธิจิต ดวงอธิปัญญา ดวงวิมุตติ และดวงวิมุตติญาณทัศนะจะขยายโตเท่าหน้าตักและส่วนสูงของธรรมกายทุกกาย

เมื่อเข้าถึงธรรมกายแล้ว **ดวงศีล** ในกายทั้ง ๘ กายภายในภพ ๓ คือตั้งแต่กายมนุษย์ไปถึงกายอรูปพรหมละเอียด ก็ควรจะเป็น**ปกติศีล**ไป ส่วน**ดวงศีล** ในท่ามกลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นธรรมกายนั้นก็เป็น **อธิศีล**ไป เพราะ**ศีลในดวงธรรมที่ทำให้เป็นธรรมกายนั้น ยิ่งกว่า ศีลของ ๘ การในภพ ๓** ที่กล่าวข้างต้น แต่ธรรมกายก็เป็นกายที่พ้นภพ ๓ ออกไป

ดวงศีล ในกายธรรมนั้นแหละ เป็น **อธิศีล** แท้ ๆ เมื่อใจของกายธรรมหยุดนิ่งอยู่กลางดวงศีล ถูกส่วนเข้าก็จะถึง**ดวงสมาธิ** ซึ่งเป็น**อธิจิต** แท้ ๆ ทีเดียว เมื่อถึงอธิจิตนี้แล้ว ใจของธรรมกายก็หยุดอยู่กลางดวงสมาธินั่น ถูกส่วนเข้าก็จะถึง**ดวงปัญญา** ขนาดเดียวกัน แต่ใสสว่างกว่าดวงต้น ๆ นี่เป็น**อธิปัญญา** แท้ ๆ เมื่อใจของธรรมกายหยุดนิ่งอยู่กลางอธิปัญญา ถูกส่วนเข้าก็จะถึง**ดวงวิมุตติ** แล้วต่อไปก็จะถึง**ดวงวิมุตติญาณทัศนะ** ตามลำดับ เมื่อใจของธรรมกายหยุดนิ่งอยู่กลางดวงวิมุตติญาณทัศนะ ถูกส่วนเข้าก็จะถึง**กายธรรมละเอียด**

โดยการปฏิบัติผ่านดวงธรรม ดวงอธิศีล อธิจิต อธิปัญญา วิมุตติ และวิมุตติญาณทัศนะ ก็จะถึงธรรมกายพระโสดา พระโสดาละเอียด, ซึ่งมีขนาดหน้าตัก ความสูงและเส้นผ่าศูนย์กลางดวงธรรม ๕ วา, ธรรมกายพระสกิทาคา และพระสกิทาคาละเอียด มีขนาดหน้าตักความสูงและเส้นผ่าศูนย์กลางดวงธรรม ๑๐ วา, ธรรมกายพระอนาคา พระอนาคาละเอียด มีขนาดหน้าตัก

ความสูงและเส้นผ่าศูนย์กลางดวงธรรม ๑๕ วา, ธรรมกายพระอรหัต และพระอรหัตละเอียด มีขนาดหน้าตัก ความสูงและเส้นผ่าศูนย์กลางดวงธรรม ๒๐ วา ใสละเอียดและมีรัศมีสว่างยิ่งนัก

เมื่อถึงกายพระอรหัตละเอียดนี้แล้ว หมดกิเลสเสียแล้ว แม้จะเป็นการหมดกิเลสชั่วคราวด้วยการข่มกิเลส ซึ่งเรียกว่า**วิกขัมภณวิมุตติ** แต่ถ้าปฏิบัติภาวนาจนถึงหมดกิเลสโดยสิ้นเชิงเป็น**สมุจเฉทปหาน** กายธรรมก็เป็น**วิราคธาตุ วิราคธรรม** ล้วน ๆ เมื่อเป็นเช่นนี้ **ดวงศีล ดวงสมาธิ** และ**ดวงปัญญา** ก็สูงกว่า **อธิศีล อธิจิต** และ**อธิปัญญา** เพราะ**พระนิพพาน** คือ**ธรรมกายอรหัตที่บรรลุอรหัตผลแล้วนั้นเป็นวิมุตติทั้งสิ้นเสียแล้ว** ดวงธรรม ดวงศีล ดวงสมาธิ และดวงปัญญา ซึ่งโตเต็มส่วนถึง ๒๐ วา เป็นวิมุตติไปแล้ว **ดวงศีล** จึงนับเป็น **วิมุตติศีล, ดวงสมาธิ** จึงนับเป็น **วิมุตติจิต** และ**ดวงปัญญา** จึงนับเป็นดวง**วิมุตติปัญญา**

เมื่อใจของธรรมกายพระอรหัตหยุดนิ่งอยู่กลางดวงอธิปัญญา ถูกส่วนเข้าก็จะถึงดวงวิมุตติ วิมุตติญาณทัศนะ แล้วก็กายธรรมละเอียด ๆ ต่อ ๆ ไปอีก กายและดวงธรรมก็จะขยายส่วนโตขึ้นไปอีกขนาดหน้าตัก ความสูงและเส้นผ่าศูนย์กลางดวงธรรมถึง ๓๐ วา ใสละเอียดและมีรัศมีสว่างยิ่งขึ้นไปอีก

เมื่อท่านทั้งหลายเจริญภาวนามาจนถึงกายธรรม ผ่านดวงธรรมที่ทำให้เป็นธรรมกาย ดวงศีล ดวงสมาธิ ดวงปัญญา ดวงวิมุตติ และดวงวิมุตติญาณทัศนะดั่งนี้แล้ว **ก็จะเข้าใจเรื่องนี้อย่างแจ่มแจ้งด้วยตัวของตัวเอง**ว่าสติสัมปชัญญะ ความรู้สึกผิดชอบ ชั่วดี และกาย วาจา ใจ ตลอดทั้งเจตนา ความคิดความอ่านทั้งหลายของตนเองนั้นมีความบริสุทธิ์ สมบูรณ์เพียงใด และตนควรจะแก้ไขความประพฤติปฏิบัติของตนเองที่ไม่สะอาดบริสุทธิ์ให้ดีขึ้นอย่างไร นับเป็น อตฺตาหิ อตฺตโน นาโถ คือ **ตนเป็นที่พึ่งของตน** ได้อย่างแท้จริง

ตอนที่ ๒๗ อธิศีล อธิจิต อธิปัญญา

อธิศีลแท้ ๆ ในทางปฏิบัตินั้น เป็น **ศีลที่เห็น** ไม่ใช่แต่เพียง **ศีลที่รู้** ในทางปริยัติเท่านั้น เพราะ **ศีลที่เห็น** เป็นดวงกลมใสบริสุทธิ์อยู่ในท่ามกลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายทุกกาย เริ่มตั้งแต่กายมนุษย์นั้น **เป็นเครื่องกลั่นกรอง กาย วาจา และใจ รวมตลอดทั้งเจตนา ความคิดอ่านทั้งหลาย อันละเอียดบริสุทธิ์ยิ่งกว่าเป็นแต่เพียงศีลที่รู้ในทางปริยัติ** และก็ **อธิศีล**นี้เองที่เป็นไปเพื่อ **อธิจิต** คือ **จิตอันยิ่ง** หรือ **สมาธิยิ่ง** และ **อธิปัญญา** คือปัญญาอันยิ่ง

ที่ว่า "**สมาธิ**" นั้น หมายถึงคุณลักษณะของ "**ใจ**" ซึ่งประกอบด้วยธรรมชาติสี่อย่าง คือ ธรรมชาติที่ทำหน้าที่ **เสวยอารมณ์** หนึ่ง, ธรรมชาติที่ทำหน้าที่ **จดจำ** อย่างหนึ่ง, ธรรมชาติที่ทำหน้าที่ **คิด** อย่างหนึ่ง และธรรมชาติที่ทำหน้าที่ **รับรู้** อีกอย่างหนึ่งมา**รวมหยุดอยู่ในอารมณ์เดียวกัน** เรียกว่า "**ใจ**" มีอารมณ์เป็น "**หนึ่ง**" พระบาลีว่าเป็น "**เอกัคคตารมณ์**"

ธรรมชาติทั้ง ๔ อย่างของ "**ใจ**" นั้น ขยายส่วนหยาบออกมาเป็น**ดวงเห็น** ซึ่งมีลักษณะเป็นดวงกลมใสประมาณเท่าเบ้าตาของกาย, **ดวงจำ** ก็เป็นดวงกลมใสขนาดประมาณเท่าลูกตา, **ดวงคิด** ก็เป็นดวงกลมใส ขนาดประมาณเท่าดวงตาดำ, และ **ดวงรู้** เป็นดวงกลมใสเล็กที่สุดขนาดประมาณเท่าแววตา ธรรมชาติของใจดังกล่าวนี้สามารถเห็นได้ด้วยตาธรรมกายว่าซ้อนกันอยู่เป็นชั้น ๆ เข้าไปข้างใน เมื่อ "**ใจ**" เป็นสมาธิ ก็จะเห็นดวงเห็น ดวงจำ ดวงคิด และดวงรู้รวมหยุด ณ จุดเดียวกัน

สมาธินี้เองที่เป็นเครื่องกลั่นกรองกาย วาจา และใจให้สะอาดบริสุทธิ์ ผ่องใส ละเอียดประณีตยิ่งไปกว่าศีล กล่าวคือ เมื่อใจสามารถมารวมหยุดเป็นจุดเดียว หรืออารมณ์เดียวได้มากเพียงใด นิวรณ์ธรรมทั้งหลาย ได้แก่ ความคิดผูกโกรธ หรือที่เรียกว่า พยาบาทหนึ่ง, ความกำหนัดยินดีในกามคุณทั้ง ๕ คือ รูป เสียง กลิ่น รส และเครื่องสัมผัสทางกาย หนึ่ง, ความคิดฟุ้งซ่านไปในเรื่องราวต่าง ๆ ตลอดทั้งความวิตกกังวลต่าง ๆ หนึ่ง, ความง่วงเหงาซึมเซาหรือจิตใจที่ไม่กระปรี้กระเปร่า หนึ่ง, และความลังเลสงสัยในการปฏิบัติธรรม เพื่อความพ้นทุกข์ตามแนวทางพระพุทธศาสนาอีกหนึ่ง, ก็จะยิ่งหมดไปตามระดับของใจที่เป็นสมาธิมากเพียงนั้น สมาธินี้กล่าวอย่างหยาบ ๆ มีอยู่สามระดับด้วยกัน คือ

สมาธิโดยปริยายเบื้องต่ำ พระพุทธองค์ได้ทรงแนะนำว่าอริยสาวกในธรรมวินัยของพระตถาคตเจ้านี้ เป็นผู้สละอารมณ์ทั้งสิ้นหลุดขาดจากใจ ถึงซึ่งความเป็นหนึ่งของใจได้ เรียกว่า สมาธิโดยปริยายเบื้องต่ำ

สมาธิโดยปริยายเบื้องสูง พระองค์ก็ได้ทรงแนะนำให้ดำเนินต่อไปถึง **ปฐมฌาน** ซึ่งประกอบด้วย อารมณ์ วิตก วิจาร ปีติ สุข และเอกัคคตารมณ์, **ทุติยฌาน** ซึ่งเป็นระดับสมาธิที่

สูงขึ้นไปอีกจนใจสามารถละอารมณ์ วิตก วิจารได้ คงเหลืออยู่แต่อารมณ์ ปีติ สุข และเอกัคคตารมณ์, **ตติยฌาน** เป็นสมาธิที่สูงยิ่งขึ้นไปอีก ใจสามารถละอารมณ์ปีติได้แล้ว ยังคงเหลืออยู่แต่อารมณ์ที่เป็นสุขละเอียด ๆ กับเอกัคคตารมณ์ที่เป็น "หนึ่ง" ยิ่งขึ้นกว่าเดิม, และ**จตุตถฌาน** ซึ่งเป็นระดับสมาธิสูงที่สุดของรูปฌาน ที่ใจสามารถละอารมณ์ สุข ได้แล้ว คงยังมีอยู่แต่อารมณ์เป็นหนึ่ง ที่แนบแน่นสนิทเป็นอุเบกขา อยู่แต่อย่างเดียว

เมื่อสามารถเข้าฌานใดฌานหนึ่งได้ เรียกว่า **สมาธิโดยปริยายเบื้องสูง**

ใจที่เป็นสมาธิในระดับต่าง ๆ ทั้งสี่นี้ เป็นใจที่ควรแก่งานวิปัสสนา คือ การพิจารณาสภาวะของธรรมชาติให้เห็นตามความเป็นจริงได้ จึงเป็นสัมมาสมาธิที่พึงประสงค์ที่จะสามารถให้ผู้ปฏิบัติธรรมดำเนินไปเพื่อความหลุดพ้นจากอาสวะ กิเลส ตัณหา อุปาทานได้อย่างแท้จริง เป็นหนึ่งในอริยมรรคมีองค์ ๘ ซึ่งเป็นมัชฌิมาปฏิปทาหรือทางสายกลาง เพื่อไปสู่มรรคผล นิพพาน

สมาธิยิ่งหรืออธิจิต เมื่อผู้เจริญภาวนาทำใจให้หยุดให้นิ่ง ณ ที่ศูนย์กลางกายฐานที่ ๗ ผ่าน**ดวงธรรม**ที่ทำให้เป็นกายมนุษย์แล้วก็จะถึง**ดวงศีล** ซึ่งเป็นเครื่องกลั่นกรอง กาย วาจา และใจตลอดทั้งเจตนาและความคิดอ่านทั้งหลาย ให้สะอาดบริสุทธิ์ ผ่องแผ้วเพียงนั้นแล้ว ก็มิได้ถอยหลังกลับหรือหยุดอยู่เพียงนั้น ยิ่งรวมใจให้หยุดให้นิ่งยิ่งขึ้นไปอีก หยุดในหยุด กลางของหยุดในหยุด หรือที่เรียกว่า เข้ากลางของกลาง ๆ ๆ ดวงศีลนั่นแหละ ตรงที่หมายจุดเล็กใสเท่าปลายเข็มนั่นแหละ ถูกทางสายกลางหละ พอหยุดนิ่งสนิทถูกส่วนเข้าก็จะถึง**ดวงสมาธิ** เป็นดวงกลมใสมีขนาดเท่าดวงศีล แต่ใสละเอียดและสว่างกว่า

ดวงสมาธิ นี้เองคืออธิจิตแท้ ๆ ในทางปฏิบัติ คือ เป็นสมาธิยิ่ง–จิตยิ่งแท้ ๆ เชียว เพราะ**สมาธิยิ่ง**นี้เป็นเครื่องกลั่นกรองกาย วาจา และใจที่ละเอียดยิ่งไปกว่าศีล เป็นผลให้ใจใสสะอาดบริสุทธิ์ ผ่องแผ้วยิ่งไปกว่าศีล เป็นจิตใจที่ปลอดจากนิวรณ์ธรรมจริง ๆ จึงควรแก่งานวิปัสสนาพิจารณาสภาวธรรมให้เห็นตามความเป็นจริง ให้เกิดปัญญารู้แจ้งแทงตลอดในสภาวะของธรรมชาติที่ประกอบด้วยปัจจัยปรุงแต่งว่าเป็นอนิจจัง ทุกขัง และอนัตตา ได้อย่างไม่มีอะไรเคลือบแคลงสงสัย เพราะการเจริญภาวนามาถึงขั้นนี้ โดยเฉพาะอย่างยิ่ง ตามแนววิชชาธรรมกายนี้ ผู้ปฏิบัติธรรมสามารถจะเจริญปัญญาจากการที่ได้ทั้งรู้และทั้งเห็น ดังที่ได้เคยยกตัวอย่างมาเล่าให้ท่านผู้ฟังได้ทราบบ้างแล้ว ในรายการก่อน ๆ

ทีนี้ หากจะกล่าวถึงปัญญาในทางปฏิบัติธรรมแล้ว อาจจะแยกกล่าวได้เป็น ๓ ระดับ คือ

ปัญญาโดยปริยายเบื้องต่ำ พระพุทธองค์ได้ทรงแนะนำว่า อริยสาวกในธรรมวินัยของพระตถาคตเจ้านี้ เป็นผู้ปฏิบัติถึงซึ่งความเกิดขึ้นและความเสื่อมไป รู้ความเกิดขึ้นและความเสื่อมไปชัด และข้อปฏิบัติดำเนินถึงซึ่งความสิ้นไปแห่งทุกข์โดยชอบ อันเป็นเครื่องเบื่อหน่ายอันประเสริฐ นี้คือปัญญาโดยปริยายเบื้องต่ำ

ปัญญาโดยปริยายเบื้องสูง พระองค์ได้ทรงแนะนำต่อไปอีกว่า ภิกษุในธรรมวินัยของพระตถาคตเจ้านี้ เป็นผู้รู้ชัดว่า นี่ทุกข์ นี่เหตุเกิดทุกข์ นี่ความดับทุกข์ นี่ข้อปฏิบัติถึงความดับทุกข์ ความรู้ชัดในสัจจธรรมทั้ง ๔ นี้ คือปัญญาโดยปริยายเบื้องสูง

ปัญญาอันยิ่งหรืออธิปัญญา ผู้ปฏิบัติธรรม เมื่อเข้าถึงดวงสมาธิดังที่กล่าวมานี้แล้ว ก็รวมใจให้หยุดในหยุด กลางของหยุดในหยุด ตรงกลางดวงสมาธินั้นต่อไปอีก ตรงที่หมายเป็นจุดเล็กใสเท่าปลายเข็มนั่นแหละ หยุดในหยุด นิ่ง กลางของกลาง กลางของกลาง ๆ ตรงจุดเล็กใสนั่นแหละ ถูกทางสายกลาง พอหยุดนิ่งได้ถูกส่วนเข้า ดวงศีลก็จะว่างหายไป ก็จะปรากฏเห็น **ดวงปัญญา**กลมใสสว่างยิ่งไปกว่าดวงสมาธิ แต่มีขนาดเท่ากัน ดวงปัญญานี้เอง คือ**อธิปัญญา** ปัญญาอันยิ่งแท้ ๆ จากการปฏิบัติ เพราะเป็นเครื่องกลั่นกรองกาย วาจา และใจที่ละเอียดยิ่งไปกว่าดวงศีลและดวงสมาธิที่กล่าวมาแล้วข้างต้น **รู้เห็นอะไรก็ถูกต้องตามความเป็นจริง** ปัญญาก็ยิ่งไปกว่าบุคคลธรรมดาที่ไม่สามารถจะรู้เห็นได้กว้างขวางทั้งหยาบและละเอียด ทั้งลับและเปิดเผยได้แม่นยำอย่างนี้

เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมเจริญภาวนาได้ถึงดวงปัญญานี้แล้ว ก็ดำเนินไปในแบบเดิมอีก คือรวมใจหยุดในหยุด กลางของหยุดในหยุด เข้ากลางของกลาง ๆ ๆ ดวงปัญญานั่น ตรงที่หมายเป็นจุดเล็กใสเท่าปลายเข็ม นั่นแหละถูกทางสายกลางหละ พอใจหยุดนิ่งได้ถูกส่วนเข้าเท่านั้นแหละ ดวงปัญญาก็จะว่างหายไป ก็จะเห็น**ดวงวิมุตติ** ซึ่งเป็นเครื่องกลั่นกรองกาย วาจา และใจที่ละเอียดที่สุดของมนุษย์ ให้สะอาดบริสุทธิ์ หลุดพ้นจากกิเลสหยาบของมนุษย์ คือ อภิชฌา พยาบาท มิจฉาทิฏฐิ ทีเดียว เพราะรู้เห็นบาปบุญ คุณโทษ ทางเจริญ ทางเสื่อมได้ชัดแล้ว เมื่อรวมใจหยุดนิ่งเข้ากลางของกลางดวงวิมุตตินี้ต่อไปอีก ก็จะถึง**ดวงวิมุตติญาณทัศนะ** อันเป็นธรรมที่พึงจะรู้เห็นได้ตามความจริง เมื่อหยุดในหยุด กลางของหยุดในหยุดลงไปที่กลางดวงวิมุตติญาณทัศนะนี้ถูกส่วนเข้า ดวงนี้ก็จะว่างหายไป แล้วก็จะเห็น**กายมนุษย์ละเอียด**หรือ**กายฝัน** มีลักษณะหน้าตาเหมือนผู้ปฏิบัติเองทุกประการ แต่สวย ละเอียด ประณีตกว่ากายมนุษย์หยาบหรือกายเนื้ออยู่ในท่านั่งขัดสมาธิ หันหน้าไปในทางเดียวกันกับผู้ปฏิบัติ

การเจริญภาวนาเพื่อชำระจิตใจให้ใสสะอาดบริสุทธิ์มาถึงขั้นนี้ **เป็นขั้นต้น** จักต้องดำเนินต่อไปอีกจนถึงกายทิพย์ กายทิพย์ละเอียด, กายพรหม กายพรหมละเอียด, กายอรูปพรหม กายอรูปพรหมละเอียด แล้วจึงจะถึงกายธรรม กายธรรมละเอียด คือ **ธรรมกาย** ซึ่งมีลักษณะเหมือนพระพุทธรูปเกตุดอกบัวตูม ใสละเอียดและมีรัศมีสว่างยิ่งขึ้นต่อไปตามลำดับ และขนาดของธรรมกายก็โตขึ้นตามส่วน จนถึง ๒๐ วาทีเดียว ดวงธรรมที่ทำให้เป็นธรรมกาย ดวงอธิศีล อธิจิต อธิปัญญา ดวงวิมุตติและวิมุตติญาณทัศนะ ก็ขยายโตเต็มส่วนเท่าหน้าตักของธรรมกายแต่ละกาย **เมื่อถึงกายธรรมนี้แล้ว ดวงศีล ดวงสมาธิ และดวงปัญญาจึงนับว่าเป็นอธิศีล อธิจิต**

อธิปัญญา ที่แท้จริง ส่วนดวงศีลในกายมนุษย์ ทิพย์ พรหมและอรูปพรหม ซึ่งเป็นกายในภพสามก็เป็นปกติศีลไป

เมื่อผู้ปฏิบัติธรรมเจริญภาวนาจนถึงธรรมกายอรหัตละเอียด ซึ่งขยายโตเต็มส่วนขนาด ๒๐ วาแล้ว เป็นอันหมดกิเลสเสียแล้ว แม้จะเป็นการหมดกิเลสชั่วคราวหรือด้วยการข่มกิเลสที่เรียกว่า **วิกขัมภณวิมุตติ** และหากผู้ปฏิบัติธรรมเจริญภาวนาต่อไปจนหมดกิเลสโดยสิ้นเชิงเป็น **สมุจเฉทปหาน** พระนิพพานคือธรรมกายที่บรรลุอรหัตผลแล้วก็จะเป็น **วิราคธาตุ วิราคธรรม ล้วน ๆ เป็นวิมุตติทั้งสิ้น ทั้งศีล สมาธิ และปัญญา** ดวงศีล ดวงสมาธิ และดวงปัญญาของพระนิพพานจึงนับเป็น **วิมุตติศีล วิมุตติจิต** และ**วิมุตติปัญญา**ไป

และปัญญานี้เองที่เป็นไปเพื่อวิมุตติหลุดพ้นจากอาสวกิเลส ตัณหา อุปาทาน เป็นขั้น ๆ ไปจนถึงหลุดพ้นโดยสิ้นเชิง

พระพุทธองค์จึงได้ประทานพระบรมพุทโธวาทว่า สมาธึ ภิกฺขเว ภาเวถ สมาหิโต ยถาภูตํ ปชานาติ แปลความว่า "**ภิกษุทั้งหลาย ท่านทั้งหลายจงยังสมาธิให้เกิด ชนผู้มีจิตเป็นสมาธิแล้วย่อมรู้ตามจริง**" และว่า นตฺถิ ฌานํ อปญฺญสฺส นตฺถิ ปญฺญา อฌายิโน แปลความว่า "**ฌานย่อมไม่มีแก่ผู้ไม่มีปัญญา และปัญญาย่อมไม่มีแก่ผู้ไม่มีฌาน**" ยมฺหิ ฌานญฺจ ปญฺญา จ สเว นิพฺพานสนฺติเก แปลความว่า "**ฌานและปัญญามีในผู้ใด ผู้นั้นปฏิบัติใกล้นิพพาน**" (มีมาในพระธรรมบท ภิกขุวรรคที่ ๒๕ เรื่อง สัมพหุลภิกขุ)

ภาคผนวก

วิธีบูชาพระของขวัญ พระผงธรรมขันธ์ พระพุทธรูปธรรมกายจำลอง และสมเด็จพระธรรมกาย

วิธีบูชาพระของขวัญ พระผงธรรมขันธ์ สมเด็จพระธรรมกาย พระพุทธรูปธรรมกายจำลอง

ท่านสาธุชนผู้ได้พบและมีพระของขวัญที่พระเดชพระคุณ พระมงคลเทพมุนี (หลวงพ่อวัดปากน้ำ) ได้สร้างขึ้น เพื่อแจกแก่ผู้มาทำบุญถวายปัจจัยสร้างโรงเรียนพระปริยัติธรรมก็ดี หรือพระผงธรรมขันธ์ที่ทางวัดปากน้ำได้จัดสร้างขึ้นเพื่อแจกแก่ผู้ทำบุญบำรุงวัดก็ดี หรือพระพุทธรูปธรรมกายจำลองที่คณะกรรมการบริหารธรรมปฏิบัติเพื่อประชาชน วัดปากน้ำฯ จะได้สร้างขึ้นเพื่อสมนาคุณแก่ผู้ทำบุญช่วยในการเผยแพร่ธรรมปฏิบัติก็ดี โปรดเข้าใจไว้ด้วยว่า

วัตถุประสงค์สำคัญในการสร้างพระดังที่กล่าวนี้ขึ้น ก็เพื่อให้ผู้เป็นเจ้าของและญาติมิตรมีไว้สำหรับการเจริญพระกรรมฐาน คือ พุทธานุสสติ ธัมมานุสสติ และสังฆานุสสติ เพื่อให้เข้าถึงพระรัตนตรัย คือ พระพุทธรัตนะ พระธรรมรัตนะ พระสังฆรัตนะ โดยทางศีล สมาธิ และปัญญา เป็นสำคัญ

ส่วนผู้ปฏิบัติบูชาดังกล่าวจะได้รับผลดี มีความสุขความเจริญ และความสงบสุข ร่มเย็น ดังที่มีกิตติศัพท์ลือเลื่องมาแล้วนั้น ก็เป็นผลแต่การประกอบกรรมดี และละเว้นกรรมชั่วของผู้ปฏิบัติเอง ตามพุทธบาลีที่ว่า ธมฺโม หเว รกฺขติ ธมฺมจารี ซึ่งแปลเป็นใจความว่า **"ธรรมย่อมคุ้มครองรักษาผู้ประพฤติธรรม"** โดยแท้

ความจริงในวัตถุประสงค์สำคัญข้อนี้ จะเห็นได้จากวิธีการสร้างพระของขวัญของพระเดชพระคุณหลวงพ่อวัดปากน้ำ ภาษีเจริญ กรุงเทพฯ ในหนังสือ **"วิชชามรรคผลพิสดาร"** เล่มที่ ๒ ฉบับพิมพ์ครั้งที่ ๑ พ.ศ. ๒๕๑๙ ของวัดปากน้ำ หน้า ๑๓๖ ซึ่งมีข้อความตอนหนึ่งว่า

"... หากจะมีใครนำพระนี้ไปใช้ป้องกันตัวหรือทำการอื่นใด ที่เป็นความทุจริตคิดมิชอบแล้วไซร้ ก็ให้พระช่วยบังคับกลับจิตใจคนเหล่านั้นให้หันกลับมาสู่ความดี เลิกประพฤติชั่วเสีย ถ้าไม่เลิก พระก็จะลงโทษบุคคลผู้นั้นโดยสมควรแก่ความผิด และขอให้บรรดาลาภผลทั้งหลายจงบังเกิดมีแก่ผู้ได้พบและมีพระไว้สักการบูชา จะไปทำมาค้าขายในที่ใด ก็มีแต่จะขายดีมีกำไร จะรับราชการหรือทำงานในหน้าที่การงานใด ๆ ก็ดี จงมีแต่ความเจริญก้าวหน้าในหน้าที่การงานนั้น ๆ จะทำกิจการอันใดในทางที่ดีที่ชอบแล้ว ก็ขอจงสำเร็จผลตามความประสงค์ทุกประการ แม้ศัตรูหมู่พาลก็อย่าให้เข้ามาประทุษร้ายได้"

นี้เป็นเพียงข้อความตอนหนึ่งของการอธิษฐาน**สั่งและทับทวีวิชชารวมความศักดิ์สิทธิ์**ในการเจริญภาวนาเพื่อสร้างพระตามแนววิชชาธรรมกาย ของพระเดชพระคุณหลวงพ่อวัดปากน้ำ และมีข้อสังเกตว่า การสร้างพระของวัดปากน้ำดังที่กล่าวมานี้ ไม่มีการปลุกเสกด้วยคาถาอาคม หรือแม้แต่พิธีพราหมณ์แต่อย่างใดเลย คงใช้วิธีการเจริญภาวนาตามแนววิชชาธรรมกายล้วน ๆ

โดยพระเดชพระคุณหลวงพ่อฯ และพุทธบริษัท ซึ่งเป็นศิษยานุศิษย์ของพระเดชพระคุณท่าน ผู้ถึงธรรมกายและสามารถเจริญวิชชาขั้นละเอียด ๆ หรือมรรคผลพิสดารได้แล้วเท่านั้น

การอธิษฐานสั่งและทับทวีวิชชารวมความศักดิ์สิทธิ์ของผู้เจริญภาวนาและวิชชาดังกล่าว โดยตลอดจนครบไตรมาสโดยไม่ขาดตอนเลยนั้น จึงบังเกิดผลดีแก่การปฏิบัติธรรมและการดำเนินชีวิตในทางโลกของผู้มีพระไว้ในครอบครองเป็นอันมาก

ในสมัยที่พระเดชพระคุณหลวงพ่อยังมีชีวิตอยู่ ก่อนที่จะมอบพระของขวัญให้แก่ผู้ใด พระเดชพระคุณท่านจะต้องให้ผู้ที่มาขอรับพระฝึกปฏิบัติภาวนาก่อน จึงจะมอบพระของขวัญให้ไป พร้อมด้วยกำชับให้ผู้นั้นหมั่นเจริญภาวนาอยู่เสมอ อย่าให้ทอดทิ้ง "ธรรม" แล้วภายหลังต่อมา จึงได้พิมพ์คำแนะนำการปฏิบัติภาวนาแจกพร้อมกับพระให้แก่ผู้มาขอรับพระทุกคน และได้ถือปฏิบัติสืบต่อมาจนตราบเท่าทุกวันนี้

เมื่อท่านทั้งหลายได้เข้าใจดังนี้แล้ว หากได้พบหรือมีพระดังที่ได้กล่าวนี้ ก็จงหมั่นปฏิบัติบูชา โดยเพียรพยายามละชั่วด้วยกาย วาจา ใจ หมั่นประกอบแต่กรรมดีด้วยกาย วาจา และใจ ชำระจิตใจให้ใสสะอาดบริสุทธิ์ เป็นสัมมาทิฏฐิแต่ฝ่ายเดียว รักษาศีล เจริญสมาธิ และปัญญา หรือกล่าวโดยรวม ๆ ว่าเจริญภาวนาอยู่เสมอ ก็จะประจักษ์ในผลแห่งคุณความดีหรือบุญกุศลนั้นด้วยตนเอง

วิธีปฏิบัติบูชาพระของขวัญ พระผงธรรมขันธ์ หรือพระพุทธรูปธรรมกายจำลอง มีดังต่อไปนี้

ท่านจงน้อมใจของท่านให้หยุดอยู่ ณ ที่ศูนย์กลางกายตัว (ดังจะได้กล่าวในตอนหลัง) นึกบูชาพระรัตนตรัยซึ่งเป็นของศักดิ์สิทธิ์ ไม่มีสิ่งอื่นใดในโลกจะศักดิ์สิทธิ์ยิ่งกว่า เสร็จแล้วจงพิจารณาพระของท่านให้จำได้ แล้วหลับตาน้อมองค์พระนั้นไปตั้งไว้ ณ ที่ศูนย์กลางกายตัว (โปรดดูวิธีการปฏิบัติภาวนาในรายการ "ธรรมสู่สันติ" ๑-๑๐) แล้วให้บริกรรมภาวนาว่า "สัมมาอะระหัง ๆ ๆ ๆ" พร้อมกับตรึกนึกให้เห็นองค์พระนั้น ให้เหมือนกับเห็นด้วยนัยน์ตาจริง ๆ นึกหนักขึ้นก็เห็นชัดหนักขึ้น จนเห็นชัดแจ้งกับตาจริง ๆ การเห็นนั้นไม่ใช่ตามนุษย์หยาบ (ตาเนื้อ) เห็น แต่เป็น "ตาใน" หรือตาของ**กายมนุษย์ละเอียด** หรือ **กายฝัน** ซึ่งเป็นทิพย์เห็น เมื่อเห็นชัดแจ้งดังนั้นแล้ว ก็ต้องมองให้เห็นไว้เสมอในอิริยาบถทั้ง ๔ คือ นั่งก็เห็น นอนก็เห็น ยืนก็เห็น หรือจะเดินก็เห็น

เมื่อทำให้เห็นอยู่เสมอดังนี้ พระท่านก็จะโปรดเรา ต่อแต่นั้น ท่านจะปาฏิหาริย์นิรมิตองค์ของท่านให้โตออกไปบ้าง เล็กเข้ามาบ้าง แล้วเปลี่ยนเป็นสีต่าง ๆ ขาวเป็นเงินยวงบ้าง เป็นสีปรอทบ้าง เป็นสีทองคำบ้าง เป็นสีเหลืองต่าง ๆ บ้าง เป็นสีขาวสะอาดบ้าง เป็นสีแก้วมรกตบ้าง ขาวใสเหมือนเพชรบ้าง ใสเหมือนกระจกส่องเงาหน้าบ้าง

เมื่อเห็นได้ถึงขนาดนี้แล้ว อย่ายินดียินร้าย ทำใจให้เฉยเป็นอุเบกขาไว้ นึกว่านั่นเป็นปาฏิหาริย์ของพระท่าน ท่านโปรดเรา เราต้องเคารพระลึกถึงท่านเสมอ และให้น้อมใจหยุดใน

หยุดลงไปที่ศูนย์กลางองค์ท่าน จะเห็นที่หมายเป็นจุดเล็กใสเท่าปลายเข็ม พอใจหยุดนิ่งได้ถูกส่วนเข้าก็จะเห็นดวงกลมใสแจ่ม ณ ที่ศูนย์กลางองค์พระนั่น ก็ให้รวมใจหยุดอยู่ ณ ที่ศูนย์กลางดวงนั้นต่อไปอีก ก็จะเห็นดวงและองค์พระใสบริสุทธิ์ยิ่งขึ้น ขยายส่วนโตขึ้น และมีรัศมีสว่างขึ้นกว่าเดิม

ทีนี้ก็ให้จรดใจไว้อยู่ ณ ที่ศูนย์กลางดวงใสแจ่ม ตรงศูนย์กลางกายองค์พระนั้นไว้เรื่อยให้เห็นอยู่ทุกอิริยาบถทีเดียว

เมื่อทำได้ดังนี้ชื่อว่าบูชาพระองค์ท่านด้วยคารวะอย่างยิ่ง ไม่มีการบูชาอื่นจะยิ่งไปกว่า ในชั้นนี้ องค์พระท่านจะปาฏิหาริย์จนเต็มส่วนของท่าน ใสเหมือนแก้วหมดทั้งองค์ งามไม่มีที่ติ ท่านจะประทับอยู่ที่ศูนย์กลางกายของเราตามเดิม แต่ประทับผินพระพักตร์ออกตามกายของเรา ที่ศูนย์กลางกายของเราเป็นที่ประทับของท่าน ใจของเราก็ต้องให้หยุดอยู่ที่ศูนย์กลางองค์พระเหมือนกัน ให้เหมือนกับหยุดอยู่ที่ศูนย์กลางกายมนุษย์

เมื่อเราเข้าถึงองค์พระดังนี้แล้ว ต้องการอะไรก็อาราธนาให้ท่านช่วย ต้องสำเร็จตามปรารถนา ต่างแต่ช้ากับเร็วเท่านั้น หรือทันใดนั้นก็ได้ เมื่อเราหัดทำใจให้เข้าถึงองค์พระได้ชำนิชำนาญคล่องแคล่วดังนี้แล้ว ในเมื่อเราจะไปทางบกก็ดี ทางน้ำก็ดี ทางอากาศก็ดี หรือจะไปในที่ใดที่หนึ่งก็ดี หรือมีเหตุการณ์บังเกิดขึ้นโดยปัจจุบันก็ดี เราก็จะอาราธนาให้ท่านช่วยได้ทันท่วงที ถ้าเรารับราชการ ขอให้การรับราชการของเราราบรื่นเรียบร้อย ไม่เป็นที่สะดุดตาสะดุดใจผู้หลักผู้ใหญ่ ถ้าเราค้าขาย ขอให้การค้าขายของเราให้ซื้อง่ายขายคล่องกำไรงาม ถ้าเราทำนาทำสวน ทำไร่ ทำกิจการใด ๆ ขอให้การกระทำนี้ได้ผลเกินควรเกินค่า ถ้าเราจะไปทางน้ำทางบก ขอให้ไปดีมาดี สวัสดีมีชัยในกาลทุกเมื่อ เทอญฯ

ขอให้ท่านทั้งหลายบรรดาที่มาช่วยสมทบทุนในการก่อสร้างวัด และเผยแพร่การปฏิบัติด้วยกัน จงประสบแต่ความสำเร็จสมประสงค์ทุก ๆ ประการเทอญฯ

พระพุทธภาษิต

๑

๑. แด่ผู้ทุศีลด้วยดวงใจ

ภิกษุทั้งหลาย เพราะว่าการที่เขาจะต้องตายหรือได้รับทุกข์เจียนตาย เนื่องจากเหตุที่เขาถูกบุรุษมีกำลังแข็งแรงแทงเอาที่หว่างอกด้วยหอกอันคมกล้า ทาน้ำมันให้ลื่น หาได้เป็นเหตุให้เขาต้องเกิดในอบาย ทุคติ วินิบาต นรก ภายหลังแต่ความตาย เพราะการทำลายแห่งกาย ไม่. **ส่วนการที่เขาเป็นคนทุศีล มีความเป็นอยู่ลามก ไม่สะอาด มีความประพฤติชนิดที่ตนเองนึกแล้วก็กินแหนงตัวเอง มีการกระทำที่ต้องปกปิดซ่อนเร้น ไม่ใช่สมณะก็ปฏิญญาว่าเป็นสมณะ ไม่ใช่คนประพฤติพรหมจรรย์ก็ปฏิญญาว่าประพฤติพรหมจรรย์ เป็นคนเน่าใน เปียกแฉะ มีสัญชาติหมักหมมเหมือนบ่อที่เทขยะมูลฝอย, แล้วยัง** (มีความคิดที่จะ) **รับการไหว้**ของพวกกษัตริย์มหาศาล หรือพราหมณ์มหาศาล หรือคฤหบดีมหาศาลนั้น . . .ฯ **ยัง** (มีความคิดที่จะ) **นุ่งห่มจีวร** . . .ฯ **ยัง** (มีความคิดที่จะ) **บริโภคก้อนข้าว** . . .ฯ **ยัง** (มีความคิดที่จะ) **ใช้สอยเตียงตั่ง** . . .ฯ **แล้วยัง** (มีความคิดที่จะ) **บริโภค** (อาศัย) **ในวิหาร** ที่พวกกษัตริย์มหาศาล หรือพราหมณ์มหาศาล หรือคฤหบดีมหาศาล ถวายด้วยศรัทธานั้น **ย่อมเป็นไปเพื่อความทุกข์ไม่เกื้อกูลแก่เขาตลอดกาลนาน ภายหลังแต่ความตาย เพราะการทำลายแห่งกาย เขาย่อมเข้าถึงอบาย ทุคติ วินิบาต นรก.**

ภิกษุทั้งหลาย เพราะฉะนั้นในเรื่องนี้ พวกเธอทั้งหลายพึงสำเหนียกใจไว้ว่า "เราทั้งหลายจะบริโภคจีวร บิณฑบาต เสนาสนะ และคิลานปัจจัยเภสัชบริขารของทายกทั้งหลาย โดยประการที่จักทำให้ทายกเหล่านั้นได้รับผลมาก มีอานิสงส์มาก ให้จงได้ : และการบรรพชาของเราทั้งหลายเหล่านี้เล่า ก็จักไม่เป็นหมันเสียเปล่า แต่กลับได้รับผล มีกำไร" ดังนี้. ภิกษุทั้งหลาย พวกเธอทั้งหลายพึงสำเหนียกใจไว้อย่างนี้

ภิกษุทั้งหลาย **ภิกษุผู้เห็นแก่ประโยชน์ตนก็ตาม ควรแท้ที่จะทำตนให้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท.**

ภิกษุทั้งหลาย **ผู้เห็นแก่ประโยชน์ผู้อื่นก็ตาม ก็ควรแท้ที่จะทำตนให้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท**

ภิกษุทั้งหลาย **ผู้เห็นแก่ประโยชน์ทั้งสอง คือทั้งของตนทั้งของผู้อื่นก็ตาม ก็ควรแท้ที่จะทำตนให้ถึงพร้อมด้วยความไม่ประมาท." ดังนี้.**

(บาลี พระพุทธภาษิต สัตตกนิบาต อังคุตตรนิกาย พระไตรปิฎก เล่ม ๒๓ หน้า ๑๓๑–๓๕ ข้อ ๖๙ ตรัสแก่ภิกษุทั้งหลาย ที่โคนไม้แห่งหนึ่ง ในเขตประเทศโกศล เมื่อพระผู้มีพระภาคเจ้า กำลังแสดงเนื้อความดังที่กล่าวมาอยู่, ภิกษุประมาณ ๖๐ รูป ได้มีโลหิตอุ่นพลุ่งพ้นออกจากปากแล้ว, ภิกษุประมาณอีก ๖๐ รูปได้บอกเลิกสิกขาหมุนกลับคืนไปสู่เพศต่ำแห่งคฤหัสถ์ โดยได้สำนึกว่า "พรหมจรรย์นี้ประพฤติกระทำได้ยาก กระทำได้ยากอย่างยิ่ง" แต่ภิกษุประมาณ ๖๐ รูป อีกจำนวนหนึ่งนั้นได้เป็นพระอรหันต์ มีจิตไม่ถือมั่นด้วยอุปาทาน เพราะหลุดพ้นจากอาสวกิเลสทั้งหลายแล้วแล.)

๒. โทษของผู้ไม่สะอาดเปรียบด้วยป่าช้าผีดิบ

ภิกษุทั้งหลาย **โทษห้าอย่างเหล่านี้ เป็นโทษในป่าช้าผีดิบ**. ห้าอย่าง อะไรบ้าง ? ห้าอย่าง คือ ป่าช้าผีดิบเป็นที่ไม่สะอาด, มีกลิ่นเหม็น, มีภัยเฉพาะหน้า, เป็นที่พักอาศัยของพวกอมนุษย์ที่ดุร้าย, และเป็นที่ที่ร้องไห้พิไรร่ำของคนเป็นจำนวนมาก. โทษห้าอย่างเหล่านี้เป็นโทษในป่าช้าผีดิบ.

ภิกษุทั้งหลาย ฉันใดก็ฉันนั้น : **โทษห้าอย่างเหล่านี้ เป็นโทษในนักบวช ที่เปรียบด้วยป่าช้าผีดิบ**. ห้าอย่างอะไรบ้าง ? ห้าอย่าง คือ :–

(๑) **นักบวชบางคนในกรณีนี้ เป็นผู้ประกอบด้วยการกระทำทางกายอันไม่สะอาด, ประกอบด้วยการกระทำทางวาจาอันไม่สะอาด, ประกอบด้วยการกระทำทางใจอันไม่สะอาด**, เรากล่าวการทำเช่นนี้ของผู้นั้นว่า **เป็นความไม่สะอาดดุจดั่งป่าช้าผีดิบ ซึ่งเป็นที่ไม่สะอาด**, เรากล่าวนักบวชชนิดนี้ว่าเทียบกันได้กับที่ที่ไม่สะอาด ฉะนั้น.

(๒) **เมื่อนักบวชประกอบกรรมอันไม่สะอาดเช่นนั้นอยู่, เสียงเล่าลืออันชั่วช้า ก็ระบือไป**. ภิกษุทั้งหลาย เรากล่าวเสียงเล่าลืออันชั่วช้านี้ของผู้นั้น ว่า **เป็นกลิ่นเหม็น ดุจดั่งป่าช้าผีดิบ ซึ่งเป็นที่มีกลิ่นเหม็น**. เรากล่าวนักบวชชนิดนี้ ว่าเทียบกันได้กับที่ที่มีกลิ่นเหม็น ฉะนั้น.

(๓) **ผู้ประพฤติพรหมจรรย์ร่วมกัน ซึ่งมีศีลเป็นที่รัก ย่อมเว้นห่างไกลจากคนมีกลิ่นเหม็นเช่นกล่าวนั้นเสีย**. ภิกษุทั้งหลาย เรากล่าวการที่เพื่อน ๆ เว้นห่างไกลนี้ของผู้นั้นว่า **เป็นภัยเฉพาะหน้า ดุจดั่งป่าช้าผีดิบซึ่งเป็นที่มีภัยเฉพาะหน้า**. เรากล่าวนักบวชชนิดนี้ ว่าเทียบกันได้กับที่ที่มีภัยเฉพาะหน้า ฉะนั้น.

(๔) **คนชั่วช้านั้น ผู้ประกอบกรรมอันไม่สะอาดทั้งทางกายวาจาและใจ ก็อยู่ร่วมกันได้แต่พวกที่มีการกระทำเหมือน ๆ กัน**. ภิกษุทั้งหลาย เรากล่าวการที่อยู่ร่วมกันได้ของผู้นั้นว่า **เป็นที่พักอาศัยสำหรับพวกเหล่าร้ายนี้ ดุจดั่งป่าช้าผีดิบ ซึ่งเป็นที่พักอาศัยของพวกอมนุษย์ที่ดุร้าย**. เรากล่าวนักบวชชนิดนี้ ว่าเทียบกันได้กับที่พักอาศัยสำหรับคนดุร้าย ฉะนั้น.

(๕) **ผู้ประพฤติพรหมจรรย์ร่วมกัน ซึ่งมีศีลเป็นที่รัก ได้เห็นนักบวชชนิดนั้นเข้าแล้วก็นึกตำหนิได้ว่า "พุทโธ่เอ๋ย! ความทุกข์ของพวกเรา มีอยู่ตรงที่ พวกเราจำต้องอยู่ร่วมกับนักบวชชนิดนั้นด้วย"** ดังนี้. ภิกษุทั้งหลาย เรากล่าวการอยู่ร่วมที่ทำให้เกิดทุกข์ขึ้นนี้ของผู้นั้นว่า **เป็นความร้องไห้พิไรร่ำดุจดั่งป่าช้าผีดิบ ซึ่งเป็นที่ที่ร้องไห้พิไรร่ำของคนเป็นจำนวนมาก**. เรากล่าวนักบวชชนิดนี้ ว่าเทียบกันได้กับที่สำหรับเป็นที่ร้องไห้พิไรร่ำของคนเป็นจำนวนมาก ฉะนั้น.

ภิกษุทั้งหลาย โทษห้าอย่างเหล่านี้ เป็นโทษในนักบวช ที่เปรียบด้วยป่าช้าผีดิบ แล.

(บาลี พระพุทธภาษิต ปัญจกนิบาต อังคุตตรนิกาย พระไตรปิฎก เล่ม ๒๒ หน้า ๒๙๘ ข้อ ๒๔๙)

๓. ข้อที่น่าสรรเสริญ แก่ผู้ที่รักษาพรหมจรรย์ไว้ด้วยน้ำตา

ภิกษุทั้งหลาย บรรพชิตรูปใด จะเป็นภิกษุหรือภิกษุณีก็ตาม, **แม้จะทุกข์กายทุกข์ใจ ถึงน้ำตานองหน้า ร้องไห้อยู่ ก็ยังสู้ประพฤติพรหมจรรย์ให้บริสุทธิ์บริบูรณ์อยู่ได้** ก็มีข้อที่น่าสรรเสริญเธอให้เหมาะสมแก่ธรรมที่เธอมีในบัดนี้ห้าอย่าง. ห้าอย่างอะไรบ้างเล่า ? ห้าอย่าง คือ :–

(๑) ธรรมที่ชื่อว่า **ศรัทธา**ในกุศลธรรมทั้งหลาย ก็ได้มีแล้วแก่เธอ,

(๒) ธรรมที่ชื่อว่า **หิริ**ในกุศลธรรมทั้งหลาย ก็ได้มีแล้วแก่เธอ,

(๓) ธรรมที่ชื่อว่า **โอตตัปปะ**ในกุศลธรรมทั้งหลาย ก็ได้มีแล้วแก่เธอ,

(๔) ธรรมที่ชื่อว่า **วิริยะ**ในกุศลธรรมทั้งหลาย ก็ได้มีแล้วแก่เธอ

(๕) ธรรมที่ชื่อว่า **ปัญญา**ในกุศลธรรมทั้งหลาย ก็ได้มีแล้วแก่เธอ

ภิกษุทั้งหลาย บรรพชิตรูปใด จะเป็นภิกษุหรือภิกษุณีก็ตาม, แม้จะทุกข์กายทุกข์ใจ ถึงน้ำตานองหน้า ร้องไห้อยู่ ก็ยังสู้ประพฤติพรหมจรรย์ให้บริสุทธิ์บริบูรณ์อยู่ได้ ก็มีข้อที่น่าสรรเสริญเธอให้เหมาะสมแก่ธรรมที่เธอมีในบัดนี้ห้าอย่างเหล่านี้แล.

(บาลี พระพุทธภาษิต ปัญจกนิบาต อังคุตตรนิกาย พระไตรปิฎก เล่ม ๒๒ หน้า ๔ ข้อ ๕)

๔. บุคคลผู้ที่ควรเข้าใกล้ และที่ต้องเคารพสักการะเสียก่อน

ภิกษุทั้งหลาย ก็บุคคลเช่นไรเล่า ที่คนทุก ๆ คนควรคบหา สมาคม ควรเข้าใกล้ ?

ภิกษุทั้งหลาย บุคคลบางคนในกรณีนี้ **เป็นผู้มีศีล สมาธิ และปัญญาพอเสมอกัน**, บุคคลดังกล่าวนี้ เป็นผู้ที่น่าคบหา สมาคม น่าเข้าใกล้. ข้อนั้นเพราะอะไร ? เพราะเมื่อเราเป็นผู้มีศีล สมาธิ และปัญญาเสมอกันแล้ว, การพูดกันถึงเรื่องศีล สมาธิ และปัญญาของเรานั้นก็จักมีได้ด้วย, การพูดกันของเรานั้นจักไปกันได้ด้วย, และการพูดกันของเรานั้นจักเป็นความสบายอกสบายใจด้วย, เพราะเหตุนั้น บุคคลเช่นนี้ จึงเป็น**ผู้ที่ทุกคนควรคบหาสมาคม ควรเข้าใกล้**.

ภิกษุทั้งหลาย ก็บุคคลเช่นไรเล่าที่ต้องสักการะเคารพเสียก่อน แล้วจึง คบหา สมาคม เข้าใกล้ ?

ภิกษุทั้งหลาย บุคคลบางคนในกรณีนี้ **เป็นผู้มีศีล สมาธิ และปัญญายิ่งกว่าเรา**. บุคคลดังกล่าวนี้ เป็นผู้ที่ต้องสักการะเคารพเสียก่อน แล้วจึงคบหา สมาคม เข้าใกล้. ข้อนั้นเพราะอะไร ? เพราะเราจักได้ทำกองศีล กองสมาธิ และกองปัญญาของเรา ที่ยังไม่บริบูรณ์ ให้บริบูรณ์บ้าง เราจักได้ประคับประคองกองศีล กองสมาธิ และกองปัญญา ที่บริบูรณ์แล้วไว้ได้ด้วยปัญญาในธรรมนั้น ๆ บ้าง, เพราะฉะนั้น บุคคลเช่นนี้ เป็น**ผู้ที่ต้องสักการะเคารพเสียก่อน แล้วจึงคบหา สมาคม เข้าใกล้** แล.

(บาลี พระพุทธภาษิต ติกนิบาต อังคุตตรนิกาย พระไตรปิฎก เล่ม ๒๐ หน้า ๑๕๗ ข้อ ๔๖๕)

๕. อธิศีลสิกขา

ภิกษุทั้งหลาย อธิศีลสิกขา เป็นอย่างไรเล่า ?

ภิกษุทั้งหลาย ภิกษุในธรรมวินัยนี้ เป็นผู้มีศีล, สำรวมด้วยปาติโมกขสังวร, สมบูรณ์ด้วยมรรยาทและโคจร, มีปกติเห็นเป็นภัยในโทษทั้งหลายแม้ว่าเป็นโทษเล็กน้อย, สมาทานศึกษาอยู่ในสิกขาบททั้งหลาย.

ภิกษุทั้งหลาย การปฏิบัติอย่างนี้ เราเรียกว่า อธิศีลสิกขา.

(บาลี พระพุทธภาษิต ติกนิบาต อังคุตตรนิกาย พระไตรปิฎก เล่ม ๒๐ หน้า ๓๐๓ ข้อ ๕๒๙)

๖. ศีลเป็นฐานรองรับสติปัฏฐานสี่

ภิกษุ ! ถ้าอย่างนั้น ในเรื่องนี้ เธอจงชำระสิ่งอันเป็นเบื้องต้นในกุศลทั้งหลายให้บริสุทธิ์ก่อนเถิด. ก็อะไรเป็นสิ่งเบื้องต้นของสิ่งอันเป็นกุศลทั้งหลายเล่า ? สิ่งเบื้องต้นนั้นได้แก่ **ศีล** อันบริสุทธิ์หมดจดด้วยดี และ **ทิฏฐิ** ความเห็นที่ถูกตรง.

ภิกษุ ! โดยกาลใดแล ศีลของเธอเป็นศีลที่บริสุทธิ์หมดจดด้วยดี และทิฏฐิก็จักเป็นความเห็นที่ถูกตรงด้วย, โดยกาลนั้น เธออาศัยศีล ตั้งอยู่ในศีลแล้ว พึงอบรมสติปัฏฐานสี่โดยวิธีทั้งสาม*เถิด. สติปัฏฐานสี่ อะไรบ้างเล่า ? สติปัฏฐานสี่คือ :–

ภิกษุ ! เธอจงพิจารณาเห็นกายในกาย ณ ภายใน อยู่เนือง ๆ ก็ดี, จงพิจารณาเห็นกายในกาย ณ ภายนอก อยู่เนือง ๆ ก็ดี, จงพิจารณาเห็นกายในกาย ทั้งภายในภายนอกอยู่เนือง ๆ ก็ดี, เป็นผู้มีความเพียร เผากิเลส มีความรู้สึกตัวทั่วพร้อม มีสติ พึงกำจัดอภิชฌาและโทมนัสในโลกเสีย. (ในเวทนา จิต และธรรม ก็ตรัสทำนองเดียวกับในกาย)

ภิกษุ ! แต่กาลใดแล เธออาศัยศีล ตั้งอยู่ในศีลแล้ว จักอบรมสติปัฏฐานสี่เหล่านี้ โดยวิธีสามด้วยอาการอย่างนี้, แต่กาลนั้น คืนหรือวันของเธอจักผ่านไป โดยหวังได้แต่ความเจริญในกุศลธรรมทั้งหลายอย่างเดียว หาความเสื่อมมิได้

---

*โดยวิธีทั้งสาม คือพิจารณาภายใน, พิจารณาภายนอก, พิจารณาทั้งภายในและภายนอก

(บาลี พระพุทธภาษิต มหาวาร. สํ. ๑๙/๑๙๒/๖๘๗, ตรัสแก่ภิกษุรูปหนึ่ง ที่เชตวัน ซึ่งท่านรูปนี้ต้องการจะปลีกตัวออกจากหมู่ อยู่แต่ผู้เดียว ไม่ประมาท ทำความเพียร เผากิเลสส่งตัวไปในแนวธรรมนั้น ทูลขอให้พระองค์ทรงแสดงธรรมย่อ ๆ. กาลต่อมา ภิกษุรูปนั้นออกไปทำความเพียร จนได้เป็นพระอรหันต์องค์หนึ่ง)

พระธรรมเทศนา เรื่อง อริยธนคาถา

พระธรรมเทศนา

เรื่อง

อริยธนคาถา

แสดงโดย พระมงคลเทพมุนี (หลวงพ่อวัดปากน้ำ)

เมื่อวันที่ ๒๓ มกราคม พ.ศ. ๒๔๙๘

นโม ตสฺส ภควโต อรหโต สมฺมาสมฺพุทฺธสฺส ฯ

ยสฺส สทฺธา ตถาคเต อจลา สุปติฏฺฐิตา
สีลญฺจ ยสฺส กลฺยาณํ อริยกนฺตํ ปสํสิตํ
สงฺเฆ ปสาโท ยสฺสตฺถิ อุชุภูตญฺจ ทสฺสนํ
อทลิทฺโทติ ตํ อาหุ อโมฆนฺตสฺส ชีวิตํ
ตสฺมา สทฺธญฺจ สีลญฺจ ปสาทํ ธมฺมทสฺสนํ
อนุยุญฺเชถ เมธาวี สรํ พุทฺธาน สาสนนฺติ ฯ

ณ บัดนี้ อาตมภาพจักได้แสดงธรรมิกถาแก้ด้วยอริยธนคาถา วาจาเป็นเครื่องกล่าวถึงซึ่งทรัพย์อันประเสริฐ ด้วยพระคาถานี้เป็นการย่อย่นเนื้อความแห่งธรรมเทศนาแห่งพระรัตนตรัยยกลงไว้ในที่นี้ อาตมภาพจักได้ชี้แจงแสดงความตามวาระพระบาลี คลี่ความเป็นสยามภาษาตามมัตยาธิบาย พอเป็นเครื่องปฏิการะประคับประคองสนองศรัทธา ประดับสติปัญญาซึ่งคุณสมบัติของท่านผู้เป็นคฤหัสถ์และบรรพชิตบรรดามาสถิตสโมสรในสถานที่นี้ทุกถ้วนหน้า เริ่มต้นตามวาระพระบาลีว่า

ยสฺส สทฺธา ตถาคเต อจลา สุปติฏฺฐิตา ซึ่งแปลว่า ความเชื่อของบุคคลใด ไม่กลับกลอกตั้งมั่นดีแล้ว ในพระตถาคตเจ้า คือ ธรรมกาย

สีลญฺจ ยสฺส กลฺยาณํ อริยกนฺตํ ปสํสิตํ ศีลอันดีงามของบุคคลใด อันพระตถาคตเจ้า (อริยเจ้า) ใคร่แล้ว สรรเสริญแล้ว

สงฺเฆ ปสาโท ยสฺสตฺถิ ความเชื่อในพระสงฆ์มีอยู่ในบุคคลใด

อุชุภูตญฺจ ทสฺสนํ ความเห็นตรงมีอยู่แก่บุคคลใด

อทลิทฺโทติ ตํ อาหุ นักปราชญ์ทั้งหลายกล่าวถึงบุคคลนั้นว่า ไม่เป็นคนยากจน เป็นคนมั่งมี

อโมฆนฺตสฺส ชีวิตํ ความเป็นอยู่ของบุคคลนั้นไม่เปล่าปราศจากประโยชน์

ตสฺมา สทฺธญฺจ สีลญฺจ ปสาทํ ธมฺมทสฺสนํ อนุยุญฺเชถ เมธาวี สรํ พุทฺธาน สาสนนฺติ เพราะเหตุนั้น บุคคลผู้มีปัญญามาระลึกถึงคำสั่งสอนของพระผู้มีพระภาคพระพุทธเจ้าทั้งหลายแล้ว ควรประกอบตามความเชื่อในธรรมกาย คือ พระตถาคตเจ้า ควรประกอบตามศีล ควรประกอบตามความเห็นตรงไว้เนือง ๆ ด้วยประการฉะนี้

นี้เป็นเนื้อความตามวาระพระบาลี คลี่ความเป็นสยามภาษาได้ความเท่านี้ แต่นี้จะได้อรรถาธิบายขยายความเป็นลำดับไป

เราท่านทั้งหลาย ทั้งคฤหัสถ์ทั้งบรรพชิต ทั้งชายและหญิง ทุกคนล้วนถ้วนหน้า ต่างนับถือพระพุทธศาสนา จะได้วางความเชื่อไว้ ณ ตรงไหน ? จึงจะถูกต้องร่องรอยความประสงค์ทางพระพุทธศาสนา อันเราทั้งหลายจะได้ดำเนินให้ถูกทางมรรคและผลต่อไป ตำราก็ได้บอกแจ้งไว้แล้วว่า ยสฺส สทฺธา ตถาคเต อจลา สุปติฏฺฐิตา ความเชื่อของบุคคลใดไม่กลับกลอก ตั้งมั่นดีแล้วในพระตถาคตเจ้า คือ ธรรมกาย หรือแปลเสียอีกอย่างหนึ่งว่า ความเชื่อของบุคคลใด ไม่กลับกลอกตั้งมั่นดีแล้วในธรรมกาย พระตถาคตคือตัวธรรมกายทีเดียว เพราะมีตำรารับรองไว้ว่า **ตถาคตสฺส โข เอตํ วาเสฏฺฐา อธิวจนํ ธมฺมกาโย อิติปิ แปลว่า ดูกรวาเสฏฐโคตรทั้งหลาย คำว่า ธรรมกาย ๆ นี้น่ะเป็นชื่อของพระตถาคตโดยแท้** และยังได้บอกไว้อย่างนี้ว่า **ธมฺมกาโย อหํ อิติปิ เราผู้ตถาคตคือธรรมกาย** ท่านได้วางหลักไว้อย่างนี้ ดังนั้นความเชื่อที่ไม่กลับกลอกตั้งมั่นดีแล้วในพระตถาคตเจ้านี้ จึงต้องแปลอย่างนี้ เราต้องวางความเชื่อลงไว้ในธรรมกาย **ธรรมกายนี้ วัดปากน้ำได้ค้นพบได้ตัวจริงแล้ว จะไปนรกได้ ไปสวรรค์ได้ ไปนิพพานได้ อาราธนาพระพุทธเจ้าที่อยู่ในพระนิพพานมาให้มนุษย์เห็นที่วัดปากน้ำนี้มากมายในวันมาฆบูชาและวิสาขบูชา ให้ปรากฏเห็นจริงจังกันอย่างนั้น** อนึ่ง ความหมายของบาลีศัพท์หนึ่งมีความหมายตั้งร้อย แต่ผู้รู้น้อยก็ว่าไม่ถูก ที่เราแปลอย่างนี้ถูกเกินถูกเสียอีกแน่นอนทีเดียว ความเชื่อของเราต้องตั้งมั่นอยู่ในพระตถาคตเจ้า คือ ธรรมกาย หากกลับกลอกเสียก็จะไร้ประโยชน์และผล ไม่ถูกต้องความประสงค์พระอริยบุคคล เพราะท่านเหล่านั้นตั้งมั่นอยู่ในธรรมกายทั้งนั้น การยืนยันตามตำราอย่างนี้ก็ถูก เรียกว่าอริยธนคาถา วาจาเป็นเครื่องกล่าวถึงทรัพย์อันประเสริฐ หรือของพระอริยเจ้า อนึ่ง ถ้าใจของเราหยุดอยู่ศูนย์กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นธรรมกาย ดวงธรรมที่ทำให้เป็นธรรมกายนั้นย่อมมีศูนย์กลาง

ส่วนมนุษย์เล่า ก็เช่นเดียวกัน ถ้ามนุษย์มีใจไม่ล่อกแล่ก ไม่ง่อนแง่น ไม่คลอนแคลน ตั้งมั่นอยู่ในดวงธรรมที่ทำให้เป็นมนุษย์นั่นแหละ ได้ชื่อว่าถูกหลักทางพระพุทธศาสนา

ใจของกายมนุษย์ละเอียด คือกายที่ปรากฏในขณะฝันออกไปนั้น ก็ต้องตั้งมั่นอยู่ในกลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ละเอียด

ใจของกายทิพย์ คือกายที่สามารถเหาะเหินเดินอากาศได้ ก็ต้องหยุดนิ่งอยู่ที่ศูนย์กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายทิพย์

ใจของกายทิพย์ละเอียดซึ่งเป็นกายที่สามารถเหาะเหินเดินอากาศได้ เช่นเดียวกัน ก็ต้องหยุดนิ่งอยู่ที่ศูนย์กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายทิพย์ละเอียด

ใจของกายรูปพรหมซึ่งเป็นกายที่สามารถที่จะเหาะเหินเดินอากาศได้ ก็ต้องหยุดนิ่งอยู่ที่ศูนย์กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายรูปพรหม

ใจของกายรูปพรหมละเอียดซึ่งเป็นกายที่สามารถจะเหาะเหินเดินอากาศได้ ก็ต้องหยุดนิ่งอยู่ที่ศูนย์กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายรูปพรหมละเอียด

ใจของกายอรูปพรหมซึ่งเป็นกายที่เหาะเหินเดินอากาศได้ ก็ต้องหยุดนิ่งอยู่ที่ศูนย์กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายอรูปพรหม

ใจของกายอรูปพรหมละเอียดซึ่งเป็นกายที่เหาะเหินเดินอากาศได้ ก็ต้องหยุดนิ่งอยู่ที่ศูนย์กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายอรูปพรหมละเอียด

การหยุดนิ่งอยู่อย่างนี้ กายนั้นก็เบา ชื่อว่า สลฺลหุกวุตฺติโน เป็นผู้ประพฤติเบาพร้อมกายก็เบา วาจาก็เบา ไม่หนักเลย

พระภิกษุ สามเณร อุบาสก อุบาสิกา ในพระพุทธศาสนา ต่างนับถือพระพุทธศาสนา มีใจตั้งมั่นอยู่ในศูนย์กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นธรรมกาย ได้ชื่อว่าเข้าถึงธรรมกาย เคารพธรรมกาย มีใจตั้งมั่นอยู่ในธรรมกาย ส่วนผู้ที่ยังไม่สามารถได้ธรรมกาย ซึ่งมีอยู่มากมายก็ต้องพยายามปฏิบัติให้เข้าถึงธรรมกายให้ได้ ต้องพยายามเอาใจตั้งอยู่ในศูนย์กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นธรรมกายให้ได้ บัดนี้ที่วัดปากน้ำมีอยู่ ๑๕๐ คนกว่าแล้ว ที่มีใจตั้งมั่นหยุดนิ่งอยู่ที่ศูนย์กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นธรรมกาย ส่วนผู้ที่ยังเข้าไม่ถึงเพราะประมาท เลินเล่อ เผลอตัว ทำไม่จริง เข้าไม่จริง จรดไม่จริง ตั้งไม่จริง ล่อกแล่ก เช่นนี้ ชื่อว่าโกงตัวเอง เมื่อโกงตัวเองเสียแล้ว ก็เข้าถึงธรรมกายไม่ได้ ทำไมจึงโกงตัวเองเล่า ? เพราะเกียจคร้าน ทำ ๆ อยู่ เมื่อเมื่อยขบเล็ก ๆ น้อย ๆ ขี้เกียจเสียแล้ว หยุดเสียแล้ว ไม่ทำเสียแล้ว ถึงทำก็เห็นลาง ๆ ไล ๆ ไม่แจ่มแจ้ง ปล่อยเสียแล้ว ไม่ทำเสียแล้ว ไปไถลท่าอื่นเสียแล้ว ใจไปจรดที่อื่นเสียแล้ว จรดอะไรเล่า ? จรดรูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ในปัจจุบันบ้าง ในอดีตบ้าง ในอนาคตบ้าง

การจรดอยู่ที่รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ในปัจจุบันเป็นอย่างไรเล่า ? เมื่อเห็นรูปในปัจจุบัน ใจที่ดิ่งอยู่ จรดอยู่ ก็ย้ายไปเสียแล้ว ได้ยินเสียงในปัจจุบัน ใจที่ตั้งอยู่ ที่จรดอยู่ ก็ย้ายไปเสียแล้ว ได้ดมกลิ่นในปัจจุบัน ใจที่ตั้งอยู่ ที่จรดอยู่ ก็ย้ายไปเสียแล้ว ได้ลิ้มรสในปัจจุบัน ใจที่ตั้งอยู่ ที่จรดอยู่ ก็ย้ายไปเสียแล้ว ถูกประทุษร้ายด้วยได้รับสัมผัส เช่น เหลือบ ริ้น ยุง บุ้ง ร่าน ใจที่ตั้งอยู่ ก็ย้ายไปเสียแล้ว

อดีตเป็นอย่างไรเล่า ? เมื่อนึกถึงรูปที่ล่วงไปแล้ว เสียงที่ล่วงไปแล้ว กลิ่นที่ล่วงไปแล้ว รสที่ล่วงไปแล้ว สัมผัสที่ล่วงไปแล้ว

รูปที่ล่วงไปแล้วเป็นอย่างไร ? ตึกราม บ้านเรือน เรือกสวน ไร่ นา เรือ แพ นาวา ต้นไม้ ต้นไร่ ของตนที่จะพึงเห็นด้วยตาเป็นของตนเอง ได้เป็นอันตรายไปเสียแล้ว นึกถึงเรื่อง ๆ นั้นยังไม่รู้หาย นี่แหละชื่อว่านึกถึงรูปในอดีต

รูปในอดีตเป็นอย่างนั้น เสียงก็เป็นอย่างนั้น กลิ่นก็เป็นอย่างนั้น รสก็เป็นอย่างนั้น สัมผัสก็เป็นอย่างนั้น เหมือนกันหมด

เมื่อความตั้งมั่นในอดีตได้เสียไปแล้ว การล่อกแล่กไปในอนาคต คือกาลข้างหน้ายังไม่มาถึง เช่น นึกถึงว่าจะได้รูปอย่างนั้น จะได้เสียงอย่างนั้น จะได้กลิ่นอย่างนั้น จะได้รสอย่างนั้น จะได้สัมผัสอย่างนั้น นึกออกไปข้างหน้า วันนี้ พรุ่งนี้ มะรืนนี้ นั่นเป็นอนาคต ก็ย่อมยังความตั้งมั่นให้เสียไปด้วย

เมื่อจิตล่อกแล่กเป็นไปในธรรมทั้ง ๕ ประการนี้เรียกว่าธรรมที่ทำสัตว์ให้เนิ่นช้า **ปปญฺจาภิรตา ปชา หมู่สัตว์เนิ่นช้าอยู่ด้วยธรรมทั้ง ๕ ประการ คือ รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส** เหล่านี้แหละ เป็นของโลกโดยแท้ เป็นเครื่องสำหรับพัดผันสัตว์ให้หมุนไปในรูปภพ อรูปภพ ไม่จบ ไม่แล้ว

ผู้ที่เลินเล่อเผลอตัว โกงตัวเอง ปล่อยใจไปจรดใน รูป เสียง กลิ่น รส สัมผัส ในอดีตบ้าง ในปัจจุบันบ้าง ในอนาคตบ้าง ถ้ามีใจจรดอยู่ที่ศูนย์กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ ดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ละเอียด กายทิพย์ กายทิพย์ละเอียด กายรูปพรหม กายรูปพรหมละเอียด กายอรูปพรหม กายอรูปพรหมละเอียด กายธรรม (ธรรมกาย) กายธรรมละเอียด จรดอยู่อย่างนี้ ชื่อว่าไม่โกงตัวเอง ให้ความสุขแก่ตัวเองในปัจจุบันทันตาเห็น แม้จะเป็นปุถุชนอยู่ ก็เรียกว่าปุถุชนสาวก ถ้าจรดอยู่ไม่ได้ ถึงเป็นปุถุชนอยู่ก็เรียกว่าล่อกแล่กอยู่นั้นเอง ไม่จัดเข้าในปุถุชนสาวก ถ้าจรดอยู่ได้และจัดเป็นปุถุชนสาวก ต้องพยายามเข้าถึงธรรมกายโคตรภูให้ได้ ให้หนักขึ้นไปจนถึงพระโสดาบันอริยสาวก จนถึงพระอรหันต์อริยสาวก ทีเดียว ต้องตั้งใจมั่นอย่างนี้ ต้องวางใจอย่างนี้จึงจะถูกหลักฐานในพระพุทธศาสนา

ในข้อที่ ๒ รองลำดับลงไป **สีลญฺจ ยสฺส กลฺยาณํ อริยกนฺตํ ปสํสิตํ ศีลของบุคคลใดอันดีงาม อันพระอริยเจ้าใคร่ชอบใจแล้ว อันพระอริยเจ้าสรรเสริญแล้ว**

ศีลอันดีงามนั้น คือ ศีลอะไร ? ศีลอันดีงามนั้น เรียกว่า **กัลยาณศีล อริยกันตศีล ปสังสิตศีล** ชื่อว่าศีลอันดีงาม ที่พระอริยเจ้าใคร่ชอบใจ ที่พระอริยเจ้าสรรเสริญแล้ว

ศีลของผู้มีใจหยุดจรดอยู่ที่ศูนย์กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์พอดี กายมนุษย์ละเอียด กายทิพย์ กายทิพย์ละเอียด กายรูปพรหม กายรูปพรหมละเอียด กายอรูปพรหม กายอรูปพรหมละเอียด กายธรรม กายธรรมละเอียด เป็นลำดับขึ้นไป ศีลของบุคคลนั้น

เป็นกัลยาณศีล เป็นอริยกันตศีล เป็นปสังสิตศีลทีเดียว ทำไมจึงเป็นเช่นนั้น ? คำว่า**ศีล** แปลว่า **ปกติ** หมายความว่า **มีกายปกติ วาจาปกติ ใจปกติ** และ**ใจเป็นอัพโภหาริกศีล**ด้วย

ปกตินั้นเป็นอย่างไร ? ใจหยุดอยู่ศูนย์กลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ ถูกเป้าหมายใจดำ ร่องรอยของพระพุทธเจ้า พระอรหันต์ **เมื่อใจหยุดแล้ว กายก็อยู่ในกรอบของศีล วาจาก็อยู่ในกรอบของศีล ใจก็อยู่ในกรอบของศีล** ไม่ล่วงละเมิดศีลไปได้ เพราะใจหยุดเสียแล้ว เมื่อแน่นอนเช่นนั้นแล้ว จึงจัดเป็นกัลยาณศีล เป็นอริยกันตศีล ปสังสิตศีลโดยตรงทีเดียว อันพระอริยเจ้าใคร่ชอบใจแล้ว สรรเสริญแล้ว เมื่อเป็นเช่นนี้แล้ว แม้จะทำสิ่งใดสิ่งหนึ่งด้วยกาย จะพูดสิ่งใดสิ่งหนึ่งด้วยวาจา จะคิดสิ่งใดสิ่งหนึ่งด้วยใจ ก็ไม่ละเมิดไปจากศีล อยู่ในกรอบศีลนั่นเอง ไม่เคลื่อนคลาดไปจากศีล จึงจักได้ชื่อว่าเป็นกัลยาณศีล อริยกันตศีล ปสังสิตศีล ศีลเหล่านี้เป็น**ศีลสามัญ** ยังไม่ใช่ศีลวิสามัญ ศีลเหล่านี้ ถึงแม้จะมีอยู่ในกายมนุษย์ กายมนุษย์ละเอียด กายทิพย์ กายทิพย์ละเอียด กายรูปพรหม กายรูปพรหมละเอียด กายอรูปพรหม กายอรูปพรหมละเอียด ทั้ง ๘ กายนี้ ล้วนมีอยู่ในไตรภพ ก็จัดเป็นศีลสามัญ เพราะมีอยู่ตามปกติธรรมดา ส่วนศีลของกายมนุษย์ กายมนุษย์ละเอียด ศีลทั้ง ๒ กายนี้ไว้ใจไม่ได้ ยังล่อกแล่กไม่มั่นคง แต่ศีลของกายทิพย์ กายทิพย์ละเอียด ไปจนถึงศีลของกายอรูปพรหม กายอรูปพรหมละเอียด ทั้ง ๖ กายนี้มั่นคง เพราะใจมั่นคงหยุดนิ่งแล้ว ก็สามารถจะเหาะเหินเดินอากาศได้ ทั้ง ๖ กายนี้จึงจัดว่าเป็นศีลสามัญด้วย

ส่วน**ศีลวิสามัญ**นั้น คือ **เห็นศีล**ทีเดียว เห็นศีลของกายมนุษย์ แต่ไม่สามารถเห็นศีลกายมนุษย์ละเอียด เห็นศีลกายมนุษย์ละเอียด แต่ไม่สามารถเห็นศีลกายทิพย์ เห็นศีลกายทิพย์แต่ไม่สามารถเห็นศีลกายทิพย์ละเอียด เห็นศีลกายทิพย์ละเอียด แต่ไม่สามารถเห็นศีลกายรูปพรหม เห็นศีลกายรูปพรหม แต่ไม่สามารถเห็นศีลกายรูปพรหมละเอียด เห็นศีลกายรูปพรหมละเอียด แต่ไม่สามารถเห็นศีลกายอรูปพรหม เห็นศีลกายอรูปพรหม แต่ไม่สามารถเห็นศีลกายอรูปพรหมละเอียด ศีลที่เห็นนั้นขนาดเท่าดวงจันทร์หรือดวงอาทิตย์ ใสบริสุทธิ์สนิทดุจกระจกคันฉ่องส่องเงาหน้า อย่างนี้เรียกว่าเห็นศีล และเมื่อเห็นศีลเช่นนี้ทั้งหมดทุกกายจัดเป็นกัลยาณศีลแท้ เป็นอริยกันตศีลแท้ ๆ เป็นปสังสิตศีลแท้ ๆ ถูกทางไปของพระพุทธเจ้า พระอรหันต์ เมื่อเห็นเช่นนั้นแล้ว ใจของผู้เห็นนั้นก็ติดอยู่ที่ศูนย์กลางดวงศีลนั้นไม่คลาดเคลื่อนทีเดียว เมื่อติดดวงศีลได้ ดวงสมาธิก็ไม่ไปไหน ย่อมอยู่ในกลางดวงศีล ดวงปัญญา ก็อยู่ในกลางดวงสมาธิ ดวงวิมุตติก็อยู่ในกลางดวงปัญญา ดวงวิมุตติญาณทัสสนะก็อยู่ในกลางดวงวิมุตติ เข้าทางไปของพระอริย เจ้า พระอรหันต์ ถูกทีเดียว ไม่คลาดเคลื่อน ท่านจึงได้วางตำราไว้เป็นข้อที่ ๒ เป็นศีลของธรรมกาย เข้าถึงธรรมกายด้วยวิธีนี้ พอเข้าถึงธรรมกายแล้ว ศีลของธรรมกายก็มีแบบเดียวกันนี้

จะได้แสดงในข้อที่ ๓ เป็นลำดับไป ว่า **สงฺเฆ ปสาโท ยสฺสตฺถิ ความเลื่อมใสในพระสงฆ์มีอยู่ในบุคคลใด** ความเลื่อมใส คือ ความชอบใจ ปีติ ปราโมทย์ ร่าเริง บันเทิงใจ ปลาบปลื้ม

ตื่นเต้น เอิบอิ่มใจที่ว่าเลื่อมใส คือความผ่องใสเมื่อขณะกำลังบำเพ็ญเพียรอยู่ก็ดี เหล่านี้เรียกว่าความเลื่อมใส ความเลื่อมใส ความผ่องใส อีกนัยหนึ่งเหม เป็นแดนสร้างนอกแห่งรัศมีก็ความเลื่อมใสเกิดขึ้นแล้ว ดูสีหน้าสีตาก็รู้ เช่น หน้าดำอยู่ก็กลับมีสีงามขึ้น หน้าขาวก็ดูงามผิดตา ผุดผ่องขึ้น นี้เกิดเพราะความเลื่อมใส ความเลื่อมใสนี่แหละทำร่างกายให้สะอาดสะอ้าน ทำร่างกายให้สละสลวย ทำร่างกายให้งดงาม ถ้าเลื่อมใสเต็มที่ก็สามารถเหาะเหินเดินอากาศไปได้ เพราะความเลื่อมใสอันนี้มิได้พอดีพอร้าย ส่วน สงฺเฆ แปลว่า สงฆ์หรือหมู่

ความเลื่อมใสในหมู่นั้น เลื่อมใสอย่างไร ? อย่างนี้ คือเหมือนพระภิกษุสามเณร พระภิกษุ (นั่งบนอาสน์สงฆ์ในพระอุโบสถ วันธรรมสวนะ) มี ๔ แถว ๆ ละ ๘ รูป สามเณรมี ๓ แถว ๆ ละ ๘ รูป **เพราะเขาไม่เลื่อมใส พระภิกษุมาไม่ครบ ๔ แถว สามเณรมาเพียงแถวเดียว** เขาไม่เลื่อมใสในหมู่ เขาไม่อยากเข้าหมู่ เพราะขาดความเลื่อมใส และเหมือนพวกเราอุบาสก อุบาสิกา เมื่อถึงวันธรรมสวนะต้องฟังเทศน์ฟังธรรมจำศีลภาวนากัน เขาเลื่อมใสในหมู่จึงไม่ขาดตกบกพร่องเลย มาครบสมบูรณ์บริบูรณ์ เต็มเปี่ยมเลยทีเดียว เมื่อเวลามาถึงแล้ว ก็กลัวจะขาดหน้าที่ของตัวไป ไม่ยอมขาดตกบกพร่อง พวกนี้เลื่อมใสในหมู่ กลัวหมู่จะขาด กลัวหมู่จะไม่เจริญ กลัวหมู่จะซูบซีด เศร้าหมอง ขุ่นมัว ไม่แน่นหนา อันจะไม่เป็นที่เลื่อมใสศรัทธา รักษาความเลื่อมใสในหมู่ไว้ไม่ให้คลาดเคลื่อน พวกนี้เลื่อมใสในหมู่อะไร ? คือ หมู่พุทธศาสนิกชน หมู่พระภิกษุ หมู่สามเณร หมู่อุบาสก หมู่อุบาสิกา **แม้นกมันก็เลื่อมใสในหมู่ของมันเหมือนกัน ขาดหมู่ไม่ได้** แม้หมู่เนื้อ หมู่ปลา ก็เลื่อมใสในหมู่ไปตามธรรมชาติของสัตว์พวกนั้น **หมู่พระภิกษุเล่า หมู่สามเณรเล่า** ก็เป็นไปตามธรรมชาติของพระภิกษุสามเณรเหมือนกัน **เพราะมีธรรมเสมอกัน มีธรรมร่วมกัน มีศีล ๒๒๗ ศีล ๑๐ เท่ากัน มีสมาธิร่วมกัน มีปัญญาร่วมกัน พวกนี้จะอยู่ ณ ที่ใดก็รักใคร่เป็นอันหนึ่งอันเดียวกัน มีน้ำใจเดียวกันไม่ขาดตกบกพร่อง ทำสิ่งใดก็ทำพร้อม ๆ กัน เลิกสิ่งใดก็เลิกพร้อมกัน ไม่รังเกียจเดียจฉันท์ซึ่งกันและกัน พวกนี้เลื่อมใสในหมู่ทั้งนั้น** มีลักษณะเลื่อมใสในหมู่นี้แหละเป็นธรรมสำคัญอยู่ **ลักษณะเลื่อมใสในหมู่นี้** มีอยู่กับหมู่อะไร ? **คือหมู่ผู้ประพฤติดี ประพฤติชอบ ผู้มีธรรมกาย หมู่มีธรรมกายก็รักใคร่กันและกัน ไม่ทุ่มเถียงกัน พูดก็อนุโลมตามกัน อนุมัติกัน ไม่แก่งแย่งกัน**

พวกที่แก่งแย่งกัน คัดค้านกัน พวกนี้ทำให้หมู่แตกแยกกัน อย่างนี้เรียกว่าไม่เลื่อมใสในหมู่ คัดค้านในหมู่

พวกที่เลื่อมใสในหมู่ ต้องพยายามไม่ให้หมู่แตกกัน ไม่ให้หมู่กระเทือนกันทีเดียว พรักพร้อมซึ่งกันและกันเสมอ **สงฺเฆ ปสาโท** ความเลื่อมใสในหมู่มีอยู่แก่บุคคลใด บุคคลนั้นได้ชื่อว่าเป็นคนไม่ยากจน เป็นคนมั่งมีทีเดียว คนเราจะฉลาดคนเดียวไม่ได้ เข้าใกล้ใคร ลัทธิอันใดที่ตัวมีอยู่ ลัทธิของตัวนั้นต้องไม่รังเกียจเดียจฉันท์ ต้องเอาใจใส่ แนะนำตักเตือนซึ่งกัน

และกัน ให้มีความรู้ในลัทธิอย่างตนบ้าง มีนิสัยใจคออย่างเดียวกัน ไปไหนก็ไปในหมู่เดียวกัน พวกเดียวกัน

เหมือนพระพุทธเจ้าท่านอุบัติตรัสรู้ขึ้นในโลก ท่านมีธรรมกายเป็นพระพุทธเจ้า เป็นพระตถาคตเจ้า ท่านตรวจมองทีเดียวก็สามารถจะรู้ว่า ใครบ้างที่มีธรรมกายเหมือนกับพระองค์ พระองค์มีความรู้วิเศษ เหตุเพราะสั่งสมอบรมสมบูรณ์บริบูรณ์แล้วด้วยบารมี เพราะเหตุนี้พระองค์จึงรู้อุปนิสัยของผู้อื่นว่าผู้นี้ได้บำเพ็ญมาแก่กล้าแล้ว ควรที่จะได้บรรลุอริยมรรคอริยผล เป็นพระอริยบุคคลในพระพุทธศาสนา มีธรรมกายเหมือนกับพระองค์บ้าง เมื่อมีธรรมกายเหมือนพระองค์ ก็เป็นพวกเดียวกับพระองค์ เป็นหมู่เดียวกับพระองค์ ผู้มีธรรมกายนั้นเป็นชั้น ๆ เป็นพระอรหันต์บ้าง เป็นพระอนาคามีบ้าง เป็นพระสกิทาคามีบ้าง เป็นพระโสดาบันบ้าง เป็นโคตรภูบุคคลบ้าง **ท่านเหล่านี้ไม่ว่าจะอยู่ในสถานที่ใด พระองค์จะต้องเสด็จไปแนะนำสั่งสอนให้มีธรรมกายเหมือนพระองค์ เมื่อมีธรรมกายปรากฏเหมือนพระองค์แล้ว ผู้นั้นก็เป็นพระพุทธเจ้าทีเดียว** เราเรียกผู้นั้นว่า **อนุพุทธเจ้า** หมายความว่า **พระสาวกผู้ตรัสรู้ธรรมตามพระองค์นั่นเอง ผู้นั้นรู้จักพระตถาคตเจ้าทีเดียว ว่าเป็นพวกเดียวกัน หมู่เดียวกัน ท่านผู้นั้นเป็นผู้เลื่อมใสในหมู่** หมู่จะอยู่ที่ใด ไม่ว่าใกล้หรือไกล เมื่อถึงเวลาจำพรรษาต่างก็จากกันไปอยู่จำพรรษาเป็นหมู่เป็นพวก ครั้นปวารณาพรรษาแล้ว ต่างก็มุ่งหน้าแน่แน่วไปเฝ้าพระบรมศาสดาที่วิหารเชตวันบ้าง ที่อื่น ๆ บ้าง ที่พระบรมศาสดาเสด็จประทับอยู่ ต้องเดินทางไกลมาด้วยความสะบักสะบอม มีผ้าเปียกน้ำกรำฝน มีตนเคลอะคละด้วยตมเลน พระองค์เห็นความลำบากของท่านเหล่านั้น เพราะความเลื่อมใสในหมู่ของพระสงฆ์มาก จึงต้องลำบากเช่นนี้ พระองค์ก็ทรงอนุญาตพระวินัยบางข้อให้พระภิกษุสงฆ์ไปมาเฝ้าพระบรมศาสดาได้สะดวกด้วยการไปมาในเรื่องนี้

พระพุทธศาสนาจึงถึงความเป็นใหญ่ เพราะความเลื่อมใสในหมู่ เพราะเมื่อหมู่มีศีลก็ต้องมีศีลเหมือนกัน หมู่มีสมาธิก็ให้มีสมาธิเหมือนกัน หมู่มีปัญญาก็ให้มีปัญญาเหมือนกัน หมู่มีวิมุตติก็ให้มีวิมุตติเหมือนกัน หมู่มีวิมุตติญาณทัศนะก็ให้มีวิมุตติญาณทัศนะเหมือนกัน และถ้าหมู่มีธรรมกายก็ให้มีธรรมกายเหมือนกัน อย่างนี้เป็นอันเลื่อมใสในหมู่ **สงฺเฆ ปสาโท ยสฺสตฺถิ ความเลื่อมใสในหมู่มีอยู่แก่บุคคลใด บุคคลนั้นเรียกว่า เป็นผู้มีปัญญา เป็นคนมีอริยทรัพย์ภายในทีเดียว**

ในข้อที่ ๔ ว่า **อุชุภูตญฺจ ทสฺสนํ ความเห็นตรง** มีอยู่แก่บุคคลใด ข้อว่าเห็นตรงนั้นคือเห็นอย่างไร ? เห็นตรง เห็นไม่คด คือ เห็นทางไปของพระพุทธเจ้า พระอรหันต์ ว่า **ทางไปของพระพุทธเจ้า พระอรหันต์นั้น ไม่ใช่ทางอื่น มีทางเดียว ทางนั้น คือ ดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายเดินไปในกลางทางนั้น คือกลางดวงธรรมที่ทำให้เป็นกาย** กลางกายมนุษย์ก็มีดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ กายมนุษย์ละเอียดก็มีดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายมนุษย์ละเอียด กายทิพย์ก็มีดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายทิพย์ กายทิพย์ละเอียดก็มีดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายทิพย์ละเอียด

กายรูปพรหมก็มีดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายรูปพรหม กายรูปพรหมละเอียดก็มีดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายรูปพรหมละเอียด กายอรูปพรหมก็มีดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายอรูปพรหม กายอรูปพรหมละเอียดก็มีดวงธรรมที่ทำให้เป็นกายอรูปพรหมละเอียด กายธรรม (คือธรรมกาย) ก็มีดวงธรรมที่ทำให้เป็นธรรมกาย กายธรรมละเอียด ก็มีดวงธรรมที่ทำให้เป็นธรรมกายละเอียด ในกลางดวงธรรมนั้นแหละ ดำเนินไปกลางดวงธรรมนั้น ดำเนินไปในทางธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ดวงศีล ดวงสมาธิ ดวงปัญญา ดวงวิมุตติ ดวงวิมุตติญาณทัศนะ เดินไปในทางนั้นเหมือนกันหมด และ**เมื่อเข้าถึงกายธรรมละเอียด ก็เดินไปในกลางดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ดวงศีล ดวงสมาธิ ดวงปัญญา ดวงวิมุตติ ดวงวิมุตติญาณทัศนะ** ไปตามลำดับ

ดวงเหล่านี้จะมีอยู่ในทุก ๆ กาย คือแม้ในกลางกายมนุษย์ ก็มีดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ในกลางดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานก็มีดวงศีล ในกลางดวงศีลก็มีดวงสมาธิ ในกลางดวงสมาธิก็มีดวงปัญญา ในกลางดวงปัญญาก็มีดวงวิมุตติ ในกลางดวงวิมุตติก็มีดวงวิมุตติญาณทัศนะ (นี้เป็นส่วนกายมนุษย์ที่เดินไปในทางธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน) ในกลางดวงวิมุตติญาณทัศนะก็มีกายมนุษย์ละเอียด เราก็เดินไปในกลางกายมนุษย์ละเอียดก็จะเห็นดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน และในกลางดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐานก็มีดวงศีล ดวงสมาธิ ดวงปัญญา ดวงวิมุตติ ดวงวิมุตติญาณทัศนะ อย่างกล่าวมาข้างต้น และในกลางดวงวิมุตติญาณทัศนะของกายมนุษย์ละเอียดนี้ก็มีกายทิพย์ ในกลางกายทิพย์ก็มีดวงธัมมานุปัสสนาสติปัฏฐาน ดวงศีล ดวงสมาธิ ดวงปัญญา ดวงวิมุตติ ดวงวิมุตติญาณทัศนะ ทำอย่างนี้ไปทุก ๆ กาย เริ่มแต่กายมนุษย์ กายมนุษย์ละเอียด กายทิพย์ กายทิพย์ละเอียด กายรูปพรหม กายรูปพรหมละเอียด กายอรูปพรหม กายอรูปพรหมละเอียด กายธรรม (ธรรมกาย) กายธรรมละเอียด เดินแบบเดียวกันนี้ เรียกว่า **อุชุภูตญฺจ ทสฺสนํ** แปลว่า **ความเห็นเป็นธรรมชาติตรงทีเดียว ตรงอย่างลึกลับ ตรงอย่างทางมรรคผลทีเดียว**

ความเห็นต่ำลงมากว่านั้น ตามประเพณีวิสัยของโลกมนุษย์ทั้งภิกษุก็ดี สามเณรก็ดี อุบาสกก็ดี อุบาสิกาก็ดี ประพฤติกายสุจริต วจีสุจริต มโนสุจริต ตัวเองก็ไม่ให้ได้รับความเดือดร้อน ด้วยกาย วาจา ใจ ของตัว อย่างนี้เรียกว่า อุชุภูตญฺจ ทสฺสนํ **ความเห็นตรงต่ำลงมา** จากข้างต้น **ต่ำลงมาจากทางมรรคผล**

ส่วน**ความเห็นตรงที่ต่ำลงมากว่านั้นอีก** คือ การเลี้ยงชีพหารายได้ของมนุษย์ การปกครองทรัพย์สมบัติของมนุษย์ ไม่เบียดเบียนซึ่งกันและกัน เป็นชาวนาก็ไม่รุกล้ำคันนาของกันและกัน เป็นชาวสวนก็ไม่รุกล้ำคันไร่คันสวนของกันและกัน ค้าขายก็ไม่เบียดแว้งแข่งดีซึ่งกันและกัน ขายโดยซื่อตรง ไม่อิจฉาริษยาซึ่งกันและกัน หรือปกครองประเทศก็ไม่เบียดแว้งของต่างประเทศ ปฏิบัติตนอยู่ในกฎหมายของประเทศนั้น ตั้งตนอยู่ในความยุติธรรม ไม่มีอคติ ปฏิบัติอย่างตรงไปตรงมา ส่วนคนอื่น ชาติอื่น มาอยู่อาศัยไม่ว่าประเทศใด ก็ปฏิบัติตนไปตาม

กฎหมายของประเทศนั้น ๆ ไม่มีเล่ห์เหลี่ยมเป็นอุบายแต่อย่างใด อย่างนี้เรียกว่า อุชุภูตญฺจ ทสฺสนํ ความเห็นอย่างต่ำลงมา ความเห็นตรงอย่างนี้ใช้ได้ดุจเดียวกัน

เพราะเหตุนั้น ในข้อ ๔ นี้ เมื่อมีความเห็นตรงเช่นนี้ จะเป็นพระภิกษุ สามเณร อุบาสก อุบาสิกา ก็ได้ชื่อว่ามีอริยทรัพย์อยู่ภายใน เป็นผู้มีความเห็นไม่พิรุธเลย การกระทำของตัวก็ไม่พิรุธ การพูดก็ไม่พิรุธ ความคิดก็ไม่พิรุธ เป็นผู้มีใจจรดอยู่กลางดวงธรรมเสมอ เพราะใจนั้นวางถูกหลัก ถูกเป้าหมายใจดำทางดำเนินไปของพระพุทธเจ้าพระอรหันต์ เหตุนั้น จึงยืนยันว่า **อทลิทฺโทติ ตํ อาหุ** ทั้ง ๔ จำพวก คือ **การเลื่อมใสไม่กลับกลอก ตั้งมั่นด้วยดีในธรรมกาย ๑ ศีลอันดีงามอันพระอริยเจ้าใคร่ชอบใจสรรเสริญแล้ว ๑ ความเลื่อมใสในหมู่มีอยู่แก่บุคคลใด ๑ ความเห็นตรงมีอยู่กับบุคคลใด ๑** นักปราชญ์ทั้งหลายกล่าวถึงบุคคลนั้นว่า เป็นคนไม่ยากจน เป็นคนไม่ขัดสน เป็นคนมั่งมี เป็นคนมีอริยทรัพย์อยู่ภายใน

ตสฺมา สทฺธญฺจ สีลญฺจ ปสาทํ ธมฺมทสฺสนํ
อนุยุญฺเชถ เมธาวี สรํ พุทฺธาน สาสนํ

เพราะเหตุนั้น เมื่อบุคคลผู้มีปัญญามาระลึกถึงคำสั่งสอนของพระพุทธเจ้าทั้งหลาย ควรประกอบความเชื่อ ควรประกอบศีล ควรประกอบตามความเลื่อมใส และควรประกอบตามความเห็นธรรมไว้เนือง ๆ ให้มั่นในขันธสันดาน ก็จะเป็นเหตุให้ประสบความสุขวิเศษไพศาลทั้งในปัจจุบันนี้และต่อไปในภายหน้า

พระธรรมเทศนาที่อาตมภาพได้ชี้แจงแสดงมานี้ ตามวาระพระบาลี คลี่ความเป็นสยามภาษาโดยมัตยาธิบาย พอสมควรแก่เวลา **เอเตน สจฺจวชฺเชน** ด้วยอำนาจความสัตย์ที่ได้อ้างธรรมปฏิบัติตั้งแต่ต้นจนอวสานนี้ **สทา โสตฺถี ภวนฺตุ เต** ขอความสุขสวัสดีจงบังเกิดมีแก่ท่านทั้งหลายบรรดามาสถิตสโมสรในสถานที่นี้ทุกถ้วนหน้า **สพฺพพุทฺธานุภาเวน** ด้วยอำนาจพระพุทธเจ้าทั้งปวง **สพฺพธมฺมานุภาเวน** ด้วยอำนาจพระธรรมทั้งปวง **สพฺพสงฺฆานุภาเวน** ด้วยอำนาจพระสงฆ์ทั้งปวง **พุทฺธรตนํ ธมฺมรตนํ สงฺฆรตนํ ติณฺณํรตนานํ อานุภาเวน** ด้วยอานุภาพแห่งรัตนะทั้งสาม คือ พระพุทธรัตนะ พระธรรมรัตนะ พระสังฆรัตนะ **จตุราสีติสหสฺสานํ อานุภาเวน** ด้วยอานุภาพแห่งพระธรรมขันธ์ ๘๔,๐๐๐ พระธรรมขันธ์ **ปิฏกตฺตยานุภาเวน** ด้วยอานุภาพแห่งปิฎกทั้ง ๓ คือ วินัยปิฎก สุตตันตปิฎก อภิธรรมปิฎก **ชินสาวกานุภาเวน** ด้วยอานุภาพแห่งพระชินสาวกของท่านผู้ชนะมาร จงดลบันดาลความสุขสวัสดิ์ให้อุบัติบังเกิดมีเป็นปรากฏ ในขันธปัญจก แห่งท่านทานิสสราธิบดีทั้งหลาย ทั้งคฤหัสถ์บรรพชิต บรรดามาสโมสรในสถานที่นี้ทุกถ้วนหน้า อาตมภาพชี้แจงแสดงมาพอสมควรแก่เวลาสมมติยุติธรรมมิกถาโดยอรรถนิยมความไว้เพียงเท่านี้.

เอวํ ก็มีด้วยประการฉะนี้.

ประสบการณ์ของผู้ถึงธรรมกาย

กำเนิดทุคติ เพราะเวรกาเม

เมื่อประมาณต้นปีพุทธศักราช ๒๕๑๔ ครอบครัวของ "ลุงจอน" (นามสมมติ) ได้ไปฝึกปฏิบัติภาวนาธรรมตามแนว**วิชชาธรรมกาย**กับพระอาจารย์ที่วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ กรุงเทพฯ หลังจากที่ได้เจริญภาวนาไปในราวชั่วโมงเศษ พระอาจารย์ก็สั่งให้ทุกคนหยุดพัก แต่ให้ลุงจอนและบุตรสาวทั้งสามคนเจริญภาวนาต่อ ซึ่งบุตรสาวคนโตและคนเล็ก (อายุในขณะนั้น ๑๖ ปี และ ๑๔ ปี ตามลำดับ) ได้ถึงธรรมกายแล้ว พระอาจารย์ได้สั่งให้บุตรสาวลุงจอนทั้งสองคนนั้นตรวจดูสุนัขตัวที่เห่าหอนอยู่ข้าง ๆ กำแพงวัดอยู่ในขณะนั้นว่า ได้ประกอบกรรมอะไรในอดีตชาติจึงได้เกิดมาเป็นสุนัขในชาติปัจจุบันที่เห็น ๆ อยู่นี้ เด็กทั้งสองก็น้อมเข้าสู่ **จุตูปปาตญาณ** ตรวจดูบุพกรรมของสุนัขตัวนั้น เพียงชั่วระยะเวลา ๑ นาที **ทั้งสองคนก็เห็นตรงกันว่า ในอดีตชาติที่ถัดไปของสุนัขตัวนั้นเป็นมนุษย์ และได้ประกอบอกุศลกรรม คือล่วงประเวณีไว้มาก จึงมาได้กำเนิดทุคติเป็นสัตว์เดรัจฉาน คือสุนัขในชาตินี้ เพราะแรงบาปจากเวรกาเม** ดังที่กล่าวมาแล้ว

กำเนิดทุคติของนักบอก-ใบ้หวยเบอร์

เมื่อประมาณปลายปี ๒๕๑๕ คุณธรรมานุภาพ มิตรกูล ปัจจุบันเป็นพนักงานสถานสอนภาษา เอ ยู เอ แต่เดิมท่านผู้นี้เป็นคริสเตียน ชอบคำนวณและทำนายเลขท้ายล็อตเตอรี่เป็นประจำ ครั้นต่อมาได้เข้าศึกษาและฝึกปฏิบัติธรรมตามแนว**วิชชาธรรมกาย**กับพระอาจารย์ที่วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ กรุงเทพฯ และได้บรรลุธรรมกายในระยะเวลาไม่นานนัก ด้วยความอยากทดลองดูว่า การรู้เห็นด้วยธรรมกายนั้นจะจริงสักเพียงไหน ก่อนที่จะปลงใจเชื่อแล้วหันมานับถือพระพุทธศาสนาด้วยศรัทธาอย่างแท้จริง จึงเพ่งดูเลขท้ายล็อตเตอรี่เพื่อพิสูจน์ความจริงประกอบกับที่ตนเองเคยคำนวณและทำนายล็อตเตอรี่แก่เพื่อน ๆ มาก่อน จึงบอกเพื่อน ๆ ไปตามที่เห็น แต่ตนเองไม่กล้าซื้อเองเพราะกลัวจะเป็นบาป ปรากฏว่าเพื่อน ๆ ถูกเลขท้ายล็อตเตอรี่ติดต่อกันถึง ๗ งวดก่อนที่จะหยุดทำนายเพราะมีเหตุการณ์สำคัญเกิดขึ้นกับตัวเขาเอง กล่าวคือ ตั้งแต่ใช้สมาธิเพ่งดูเลขล็อตเตอรี่และบอกเพื่อน ๆ ไปนั้น ปรากฏว่าทุกครั้งที่เจริญภาวนาธรรม จะปรากฏเห็นพระมาเตือนบอกให้เลิกกระทำเช่นนั้น แต่ตนไม่เชื่อ พระคุณอาจารย์ก็สั่งมาถึง–มิให้กระทำเช่นนั้นอีกต่อไป ก็ยังฝืนกระทำต่อไปอีกเพราะทนเพื่อนรบเร้าไม่ไหว ภายหลังต่อมาก็ปรากฏว่าธรรมกายดับหายไป กายอื่น ๆ ก็พลอยดับตามไปด้วย ยังเหลือแต่ดวงปฐมมรรค แต่ก็ริบหรี่เต็มที **ทุกครั้งที่เจริญภาวนาก็ปรากฏเห็นเปรตซ้อนอยู่ที่ตัวเองรูปร่างสูงใหญ่ ครั้นกำหนดดูว่าหน้าตาเป็นอย่างไร ก็ปรากฏว่าเป็นใบหน้าของตัวเขานั่นเอง** รู้สึกตกใจเป็นอันมาก จึงรีบไปปรึกษากับผู้เขียน ผู้เขียนได้อธิบายถึงโทษแห่งการที่ไม่สังวรในศีลและอินทรีย์ ปล่อยให้กิเลสตัณหาเข้าครอบงำจิตใจ ประกอบอกุศลกรรม จิตก็ไม่บริสุทธิ์ ดวงจิตธรรมกายจึงดับ ธรรมกายก็ตั้งอยู่ไม่ได้ เมื่อกิเลสพอกพูนหนักเข้าจิตและกายสุคติอื่นก็ดับตาม ยังเหลือแต่จิตมนุษย์ธรรมดาซึ่งเต็มไปด้วยเครื่องเศร้าหมอง และ**เพราะประกอบกรรมอันเป็นอกุศลขึ้น จึงได้กำเนิดทุคติ เป็นเปรตเพราะแรงบาปทันที ตามสายปฏิจจสมุปบาทธรรม ทั้งที่ยังเป็น ๆ อยู่นี้แหละ**

เมื่อเห็นว่าคุณธรรมานุภาพได้เข้าใจถึงผลบุญและวิบากกรรมตามสมควร ยอมรับสารภาพผิดและตั้งใจที่จะไม่กระทำความผิดหรืออกุศลกรรมดั่งนี้อีกแล้ว จึงให้ตั้งใจสมาทานศีลด้วยตนเอง ให้กรรมฐานใหม่ เมื่อจิตใจสะอาดบริสุทธิ์และสงัดจากนิวรณูปกิเลส ก็กลับเห็นดวงปฐมมรรค และสามารถเจริญภาวนาจนบรรลุธรรมกายอีกครั้งหนึ่งในวันนั้นเอง จึงทำให้สามารถรู้เห็นได้อย่างเดิมอีก

(เล่าโดย นายเสริมชัย พลพัฒนาฤทธิ์)

วิธีรักษาอุโบสถศีล

เรียบเรียงโดย

พระราชวิสุทธิโมลี (ทองดี สุรเตโช ป.ธ. ๙)
เจ้าอาวาสวัดราชโอรสาราม

วิธีรักษาอุโบสถ

อุโบสถ หมายถึง **การเข้าจำ** คือการอุทิศตัวอุทิศใจเข้ามาประจำอยู่ในศีลโดยเคร่งครัดตลอดเวลา เป็นการทำกุศลกรรม คือความดีอย่างหนึ่งของคฤหัสถ์ผู้ยังครองเรือนอยู่ เป็นอุบายหลีกเว้นจากความชั่วทุจริตและสิ่งยั่วยวนทั้งภายในและภายนอก ให้ห่างไกลได้ชั่วระยะเวลาที่รักษาอยู่ เป็นอุบายขัดเกลากิเลสอย่างหยาบซึ่งเคยสะสมไว้ให้เบาบางหรือหมดสิ้นไป เป็นเหตุให้ใจได้รับความสงบสุขอันเป็นความสุขที่ยอดเยี่ยม หาไม่ได้ง่ายนักในเพศฆราวาส เว้นการรักษาอุโบสถเสียแล้ว ผู้เป็นฆราวาสจะสามารถรักษาศีลของตนให้หมดจด หรือรักษามารยาทต่าง ๆ ให้อยู่ในปกติวิสัยได้ด้วยดีตลอดไปนั้น เป็นสิ่งที่ทำได้ยากเหลือเกิน เหมือนกับงมเข็มในมหาสมุทร และเหมือนกับหาความซื่อสัตย์จากคนคด ฉะนั้น ด้วยเหตุนี้ท่านผู้มีปัญญาเห็นประจักษ์ หวังจะผลักความชั่วออกจากตัวไป หรือใฝ่ประพฤติความดีให้ตน จึงควรฝึกฝนเอาใจใส่หาโอกาสมารักษาอุโบสถกันตามควรแก่กำลังสามารถที่จะทำได้

อันอุโบสถนั้น ท่านแยกออกไว้เป็น ๒ ประเภท คือ

๑. ปกติอุโบสถ

๒. ปฏิชาครอุโบสถ

ปกติอุโบสถ คือ **อุโบสถที่รับรักษากันตามปกติเฉพาะวันหนึ่งกับคืนหนึ่ง** อย่างที่อุบาสกอุบาสิการักษากันอยู่ทั่วไปเป็นปกติ ในวันธรรมสวนะทุกวันนี้

ปฏิชาครอุโบสถ คือ **อุโบสถที่รับรักษาเป็นพิเศษกว่าปกติธรรมดา** คือรักษาคราวละ ๓ วัน จัดเป็นวันรับวันหนึ่ง วันรักษาวันหนึ่ง และวันส่งอีกวันหนึ่ง เช่น จะรักษาอุโบสถวัน ๘ ค่ำ ก็จะต้องรับรักษามาตั้งแต่เช้าวัน ๗ ค่ำ ตลอดไปจนถึงสุดวัน ๙ ค่ำ คือ เช้าวัน ๑๐ ค่ำนั่นแหละ จึงหยุดรักษาเป็นอันครบ ๓ วันพอดี

ปฏิชาครอุโบสถนี้ ในปัจจุบันไม่ค่อยมีคนนิยมรักษาเท่าไรนัก

สรุปแล้ว อุโบสถทั้ง ๒ ประการนี้ โดยเนื้อแท้ก็คือ การรักษาศีล ๘ อย่างเคร่งครัดเป็นเอกัชฌสมาทาน คือ ผูกใจอย่างแน่วแน่ที่จะรักษาศีลให้บริสุทธิ์ตลอดเวลาที่สมาทานไม่ทำให้มีมลทินในขณะที่ตนรักษานั่นเอง จึงเป็นเหตุให้เกิดประโยชน์สำคัญดังกล่าวข้างต้นนั้น

และการรักษาอุโบสถนี้ มิใช่ว่าจะรักษาได้เพียงชั่วหนึ่งวันกับหนึ่งคืน หรือเพียง ๓ วันดังกล่าวเท่านั้น หากท่านผู้ใดมีศรัทธาอย่างแรงกล้าที่จะรักษาให้มากวันไปกว่านั้น จะเป็นตลอดพรรษาหรือตลอดชีวิตก็ตาม จะเป็นการดียิ่งขึ้นไปเพียงนั้น หรือมีความสามารถกำลังน้อย จะรักษาเพียงครึ่งวันหรือน้อยกว่านั้นก็ย่อมได้ ซึ่งยังดีกว่าผู้ไม่เอาใจใส่ในเรื่องนี้เลยมากมายนัก และผู้รักษาเพียงชั่วเวลาเล็กน้อยอย่างนี้ แต่พยายามรักษาอย่างมั่นคง **เคร่งครัด**

บางทีจะยังได้ผลดีกว่าผู้รักษามานานแต่ย่อหย่อน ปล่อยปละละเลยในศีลของตนเสียด้วยซ้ำ **เพราะเหตุนั้น จึงไม่ควรประมาทผู้รักษาอุโบสถอย่างเคร่งครัดเพียงชั่วเวลาเล็กน้อย เหมือนอย่างไม่ควรประมาทไฟ ยาพิษ เศษกรรม และหนี้สิน ว่าเล็กน้อยฉะนั้นฯ**

ระเบียบพิธีรักษาอุโบสถ

ระเบียบพิธีรักษาอุโบสถนี้ แต่ละแห่งแต่ละวัดมีระเบียบปฏิบัติไม่เหมือนกันเสียทีเดียว แต่ก็พอจะอนุโลมเข้ากันได้ ดังนั้นระเบียบที่จะกล่าวต่อไปนี้ จัดเป็นระเบียบที่ปฏิบัติกันอยู่โดยทั่วไปโดยมาก และมีปรากฏอยู่ในหลักสูตรสนามหลวง ซึ่งแพร่หลายพอเป็นตัวอย่างได้ โดยจะนำมาประยุกต์กับระเบียบที่ปฏิบัติอยู่ประจำในวัดปากน้ำ ภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร ซึ่งจะเรียงไปตามลำดับหัวข้อก่อนหลังดังต่อไปนี้

๑. ก่อนที่จะได้อรุณของวันอุโบสถนั้น ๆ ผู้ประสงค์จะรักษาอุโบสถศีล พึงลุกขึ้นทำกิจต่าง ๆ เช่น จัดแจงสิ่งของที่จะนำไปวัดให้เรียบร้อยก่อนอรุณขึ้น หรือจะสั่งให้ผู้อื่นทำไว้ให้ตั้งแต่ก่อนนั้นก็ได้ เสร็จแล้วก็ชำระร่างกาย บ้วนปาก แต่งกายให้สะอาดเรียบร้อยรอเวลาอรุณขึ้น พอได้อรุณ คือ **ขณะเมื่อไปยืนกลางแจ้ง เช้ามืด ในที่ไม่มีแสงไฟส่อง ก็สามารถอาศัยแสงอาทิตย์มองดูลายมือของตัวเห็นได้ชัด หรือมองไปที่ต้นไม้ใกล้ ๆ สามารถรู้ได้ว่าเป็นใบอ่อนใบแก่ได้ ถือว่าได้อรุณแล้ว** ก็พึงจุดธูปเทียนบูชาพระที่บ้าน แล้วเปล่งวาจาอธิษฐานอุโบสถศีลด้วยตัวเองก่อนว่า

อิมัง อัฏฐังคะสะมันนาคะตัง, พุทธะปัญญัตตัง อุโปสะถัง, อิมัญจะ รัตติง อิมัญจะ ทิวะสัง, สัมมะเทวะ อะภิรักขิตุง สะมาทิยามิฯ

ข้าพเจ้า ขอสมาทานอุโบสถพุทธบัญญัติ อันประกอบด้วยองค์แปดประการนี้ เพื่อจะรักษาไว้ให้ดี มิให้ขาดมิให้ทำลายตลอดคืนหนึ่งและวันหนึ่งในเวลาวันนี้ฯ

ถ้าว่าเป็นภาษาบาลีไม่ได้ ก็ให้ว่าเป็นภาษาไทยก็ได้ และ**เวลาว่าต้องเปล่งเสียงออกมาดัง ๆ ให้ได้ยิน ไม่ใช่นึกในใจเท่านั้น** เสร็จแล้วรอเวลาอยู่ ณ ที่อันสมควร

๒. พอได้เวลาอันสมควรแล้ว พึงรับประทานอาหารเช้าให้เรียบร้อย แล้วไปยังวัดที่ตนประสงค์จะไปอยู่ประจำรักษาอุโบสถ เพื่อรับสมาทานองค์อุโบสถศีลต่อพระสงฆ์ ตามแบบนิยมต่อไป

การสมาทานองค์อุโบสถศีลนี้ ในอรรถกถาอุโบสถสูตร ท่านอธิบายไว้ว่า จะสมาทานต่อพระภิกษุก็ได้ ต่ออุบาสกอุบาสิกาอื่นที่รู้ลักษณะศีลดีก็ได้ ถ้าหาพระภิกษุหรืออุบาสกอุบาสิกาเช่นนั้นไม่ได้ จะอธิษฐานด้วยตัวเอง โดยเปล่งวาจาสมาทานว่า **ข้าพเจ้าขออธิษฐานอุโบสถพุทธบัญญัติ** ดังนี้ก็ได้ จะสมาทานต่อผู้อื่นหรือสมาทานด้วยตัวเองเป็นอันใช้ได้เหมือนกัน ข้อสำคัญเวลาสมาทานไม่ว่าจะสมาทานด้วยตัวเองหรือกับคนอื่น ต้องออกเสียงให้ได้ยินชัดเจนเท่านั้น

๓. ตามปกติ วันรักษาอุโบสถเป็นวันพระ สำหรับวัดปากน้ำพระภิกษุและสามเณรลงฉันภัตตาหารพร้อมกันที่ศาลาโรงฉันแล้ว จะยังไม่ทำวัตรเหมือนปกติก่อน พอได้เวลา ๐๘.๑๕ น. เจ้าหน้าที่จะให้สัญญาณระฆัง พระภิกษุสามเณร แม่ชี และอุบาสก อุบาสิกา ลงประชุมพร้อมกันที่พระอุโบสถเพื่อทำวัตรเช้า เวลา ๐๘.๓๐ น. ภิกษุสามเณรเริ่มทำวัตรเช้าก่อน แม่ชี อุบาสก อุบาสิกานั่งประนมมือฟังจนจบ

๔. เมื่อพระภิกษุสามเณร ทำวัตรเช้าเรียบร้อยแล้ว แม่ชี อุบาสก อุบาสิกา พึงกราบด้วยเบญจางคประดิษฐ์ ๓ ครั้ง แล้วพร้อมกันทำวัตรเช้า โดยจะมีอุบาสก หรืออุบาสิกา ซึ่งเป็นหัวหน้าเป็นผู้นำ ดังนี้

(หัวหน้า) อะระหัง สัมมาสัมพุทธโธ ภะคะวา,
พุทธัง ภะคะวันตัง อะภิวาเทมิ (กราบ)
สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม,
ธัมมัง นะมัสสามิ (กราบ)
สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ,
สังฆัง นะมามิ (กราบ)

(หัวหน้า) ยะมัมหะ โข มะยัง ภะคะวันตัง สะระณัง คะตา, อุททิสสะ ปัพพะชิตา โยโน ภะคะวา สัตถายัสสะ จะ ภะคะวะโต ธัมมัง โรเจมะ, อิเมหิ สักกาเรหิ ตัง ภะคะวันตัง สะธัมมัง สะสังฆัง อะภิปูชะยามะ, หันทะ มะยัง พุทธัสสะ ภะคะวะโต ปุพพะภาคะนะมะการัง กะโรมะ เส ฯ

(พร้อมกัน) นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ ฯ (๓ หน)

(หัวหน้า) หันทะ มะยัง พุทธาภิถุติง กะโรมะ เส ฯ

(พร้อมกัน) โย โส ตะถาคะโต อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ, วิชชาจะระณะสัมปันโน สุคะโต โลกะวิทู, อะนุตตะโร ปุริสะทัมมะสาระถิ สัตถา เทวะมะนุสสานัง พุทโธ ภะคะวา, โย อิมัง โลกัง สะเทวะกัง สะมาระกัง สะพรหมะกัง สัสสะมะณะพราหมะณิง ปะชัง สะเทวะมะนุสสัง สะยังอะภิญญา สัจฉิกัตวา ปะเวเทสิ, โย ธัมมัง เทเสสิ อาทิกัลยาณัง มัชเฌกัลยาณัง ปะริโยสานะกัลยาณัง, สาตถัง สะพะยัญชะนัง เกวะละปะริปุณณัง ปะริสุทธัง พรหมะจะริยัง ปะกาเสสิ, ตะมะหัง ภะคะวันตัง อะภิปูชะยามิ ตะมะหัง ภะคะวันตัง สิระสา นะมามิ ฯ

(กราบพร้อมกัน ๑ หน)

(หัวหน้า) หันทะ มะยัง ธัมมาภิถุติง กะโรมะ เส ฯ

(พร้อมกัน) โย โส สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม, สันทิฏฐิโก อะกาลิโก เอหิปัสสิโก โอปะนะยิโก ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหิ, ตะมะหัง ธัมมัง อะภิปูชะยามิ ตะมะหัง ธัมมัง สิระสา นะมามิ ฯ

(กราบพร้อมกัน ๑ หน)

(หัวหน้า) หันทะ มะยัง สังฆาภิถุติง กะโรมะ เส ฯ

(พร้อมกัน) โย โส สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, อุชุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, ญายะปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, สามีจิปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, ยะทิทัง จัตตาริ ปุริสะยุคานิ อัฏฐะ ปุริสะปุคคะลา, เอสะ ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, อาหุเนยโย ปาหุเนยโย ทักขิเณยโย อัญชะลีกะระณีโย, อะนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง โลกัสสะ, ตะมะหัง สังฆัง อะภิปูชะยามิ ตะมะหัง สังฆัง สิระสา นะมามิ ฯ

(กราบพร้อมกัน ๑ หน)

ต่อไปนี้ พึงนั่งพับเพียบธรรมดา แล้วตั้งใจสวดคาถานอบน้อมพระรัตนตรัยและพระบาลีแสดงความสังเวชสลดใจต่อไป

(หัวหน้า) หันทะ มะยัง ระตะนัตตะยัปปะณามะคาถาโย เจวะ สังเวคะปะริกิตตะนะปาฐัญจะ ภะณามะ เส ฯ

(พร้อมกัน) พุทโธ สุสุทโธ กะรุณามะหัณณะโว
โยจจันตะสุทธัพพะระญาณะโลจะโน
โลกัสสะ ปาปูปะกิเลสะฆาตะโก
วันทามิ พุทธัง อะหะมาทะเรนะ ตัง ฯ
ธัมโม ปะทีโป วิยะ ตัสสะ สัตถุโน
โย มัคคะปากามะตะเภทะภินนะโก
โลกุตตะโร โย จะ ตะทัตถะทีปะโน
วันทามิ ธัมมัง อะหะมาทะเรนะ ตัง ฯ
สังโฆ สุเขตตาภะยะติเขตตะสัญญิโต
โย ทิฏฐะสันโต สุคะตานุโพธะโก
โลลัปปะหีโน อะริโย สุเมธะโส
วันทามิ สังฆัง อะหะมาทะเรนะ ตัง ฯ
อิจเจวะเมกันตะภิปูชะเนยยะกัง

วัตถุตตะยัง วันทะยะตาภิสังขะตัง
ปุญญัง มะยา ยัง มะมะ สัพพุปัททะวา
มา โหนตุ เว ตัสสะ ปะภาวะสิทธิยา ฯ

อิธะ ตะถาคะโต โลเก อุปปันโน อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ, ธัมโม จะ เทสิโต นิยยานิโก อุปะสะมิโก ปะรินิพพานิโก, สัมโพธะคามี สุคะตัปปะเวทิโต, มะยันตัง ธัมมัง สุตวา เอวัง ชานามะ, ชาติปิ ทุกขา ชะราปิ ทุกขา มะระณัมปิ ทุกขัง, โสกะปะริเทวะทุกขะโทมะนัสสุปายาสาปิ ทุกขา, อัปปิเยหิ สัมปะโยโค ทุกโข ปิเยหิ วิปปะโยโค ทุกโข, ยัมปิจฉัง นะ ละภะติ ตัมปิ ทุกขัง, สังขิตเตนะ ปัญจุปาทานักขันธา ทุกขา, เสยยะถีทัง, รูปูปาทานักขันโธ, เวทะนูปาทานักขันโธ สัญญูปาทานักขันโธ สังขารูปาทานักขันโธ วิญญาณูปาทานักขันโธ, เยสัง ปะริญญายะ, ธะระ มาโน โส ภะคะวา, เอวัง พะหุลัง สาวะเก วิเนติ, เอวัง ภาคา จะ ปะนัสสะ ภะคะวะโต สาวะเกสุ อะนุสาสะนี, พะหุลา ปะวัตตะติ, รูปัง อะนิจจัง, เวทะนา อะนิจจา, สัญญา อะนิจจา, สังขารา อินิจจา, วิญญาณัง อะนิจจัง, รูปัง อะนัตตา, เวทะนา อะนัตตา, สัญญา อะนัตตา, สังขารา อะนัตตา, วิญญาณัง อะนัตตา, สัพเพ สังขารา อะนิจจา, สัพเพ ธัมมา อะนัตตาติ, เต มะยัง, (หญิงว่า ตา มะยัง) โอติณณามะหะ ชาติยา ชะรามะระเณนะ, โสเกหิ ปะริเทเวหิ ทุกเขหิ โทมะนัสเสหิ อุปายาเสหิ, ทุกโขติณณา ทุกขะปะเรตา, อัปเปวะนามิมัสสะ เกวะลัสสะ ทุกขักขันธัสสะ อันตะกิริยา ปัญญาเยถาติ, จิระปะรินิพพุตัมปิ ตัง ภะคะวันตัง สะระณัง คะตา, ธัมมัญจะ ภิกขุ สังฆัญจะ ตัสสะ ภะคะวะโต สาสะนัง ยะถาสะติ ยะถาพะลัง มะนะสิกะโรมะ, อะนุปะฏิปัชชามะ สา สา โน ปะฏิปัตติ อิมัสสะ เกวะลัสสะ ทุกขักขันธัสสะ อันตะกิริยายะ สังวัตตะตุ ฯ

๕. เมื่อทำวัตรจบแล้ว หัวหน้าพึงประกาศองค์อุโบสถ ทั้งคำบาลีและคำแปล ดังนี้

อัชชะ โภนโต ปักขัสสะ <u>อัฏฐะมีทิวะโส</u> เอวะรูโป โข โภนโต ทิวะโส, พุทเธนะ ภะคะวะตา ปัญญัตตัสสะ ธัมมัสสะวะนัสสะ เจวะ, ตะทัตถายะ อุปาสะกะอุปาสิกานัง อุโปสะถัสสะ จะ กาโล โหติ, หันทะ มะยัง โภนโต สัพเพ อิธะ สะมาคะตา, ตัสสะ ภะคะวะโต ธัมมานุธัมมะปะฏิปัตติยา ปูชะนัตถายะ, อิมัญจะ รัตติง อิมัญจะ ทิวะสัง (อัฏฐังคะสะมันนาคะตัง) อุโปสะถัง อุปะวะสิสสามาติ กาละปะริจเฉทัง กัตวา ตัง ตัง เวระมะณิง อารัมมะณัง กะริตวา, อะวิกขิตตะจิตตา หุตะวา สักกัจจัง อุโปสะถัง สะมาทิเยยยามะ, อีทิสัง หิ อุโปสะถัง (อุโปสะถะกาลัง) สัมปัตตานัง อัมหากัง ชีวิตัง มา นิรัตถะกัง โหตุ ฯ

คำแปล

ข้าพเจ้าขอประกาศเริ่มเรื่องในการที่จะรักษาอุโบสถให้สาธุชนที่ได้ตั้งจิตสมาทานทราบทั่วกันก่อน ณ บัดนี้ วันนี้ เป็นวันอัฐมี ดิถีที่ ๘ ค่ำ แห่งปักษ์ ก็แหละวันนี้นิยมเช่นนี้ เป็นกาล

ที่สาธุชนอุบาสกอุบาสิกา จะพึงฟังธรรมและรักษาอุโบสถอันพร้อมไปด้วยองค์ ๘ ประการ เพื่อประโยชน์แก่การฟังธรรมนั้น บัดนี้ ขอกุศลอันยิ่งใหญ่คือการตั้งจิตสมาทานองค์แห่งอุโบสถนั้น พึงเกิดมีแก่สาธุชนทั้งหลายที่มาประชุมพร้อมกัน ณ ที่นี้ จงตั้งจิตคิดกำหนดกาลว่าจะรักษาอุโบสถสิ้นราตรีและวันนี้ ทำความเว้นจากโทษนั้น ๆ เป็นอารมณ์ คือ เว้นจากการฆ่าสัตว์ ๑ เว้นจากการลักทรัพย์ของท่านผู้อื่น ๑ เว้นกรรมอันเป็นข้าศึกแก่พรหมจรรย์ ๑ เว้นจากกล่าวคำปด ๑ เว้นจากดื่มสุราและเมรัย ๑ เว้นจากการบริโภคโภชนะ ในเวลาวิกาลตั้งแต่เที่ยงแล้วไป ๑ เว้นจากการฟ้อนรำ ขับรอง ประโคมดนตรี และดูการเล่นอันเป็นข้าศึกแก่กุศล และทัดทรงตกแต่งร่างกายด้วยระเบียบดอกไม้ ของหอม เครื่องย้อม เครื่องทา ๑ เว้นจากที่นั่งที่นอนอันสูง ที่นั่งที่นอนอันใหญ่ ๑ ฉะนี้ อย่าให้มีจิตฟุ้งซ่านส่งไปในที่อื่น จงตั้งจิตสมาทานองค์ ๘ ประการแห่งอุโบสถนั้น โดยความเคารพ เพื่อจะบูชาสมเด็จพระผู้มีพระภาคเจ้าพระองค์นั้นด้วยธรรมานุธรรมปฏิบัติ ตามกำลังของคฤหัสถ์ทั้งหลาย ด้วยว่าชีวิตของเราทั้งหลายได้ดำรงมาจนถึงวันอุโบสถเช่นนี้ จงอย่าให้ล่วงไปเสียเปล่าปราศจากประโยชน์เลยฯ

หมายเหตุ คำที่ขีดเส้นใต้นั้น พึงเปลี่ยนไปตามวันอุโบสถนั้น ๆ คือ ถ้าเป็นวัน ๑๕ ค่ำ เปลี่ยนบาลีเป็น **ปัณณะระสีทิวะโส** คำแปลเป็น **วันปัณณรสี ดิถีที่ ๑๕ ค่ำ** ถ้าเป็น วันพระ ๑๔ ค่ำ พึงเปลี่ยนบาลีเป็น **จาตุททะสีทิวะโส** คำแปลเป็น **วันจาตุททสี ดิถีที่ ๑๔ ค่ำ** ใช้เหมือนกันทั้งข้างขึ้นข้างแรมฯ

๖. เมื่อหัวหน้าประกาศจบแล้ว หัวหน้าจะนำอาราธนาศีลไปทีละวรรค พึงประนมมือว่าตามไปพร้อมกันดังนี้

มะยัง ภันเต, ติสะระเณนะ สะหะ, อัฏฐังคะสะมันนาคะตัง, อุโปสะถัง ยาจามะ ฯ
ทุติยัมปิ มะยัง ภันเต, ติสะระเณนะ สะหะ, อัฏฐังคะสะมันนาคะตัง, อุโปสะถัง ยาจามะ ฯ
ตะติยัมปิ มะยัง ภันเต, ติสะระเณนะ สะหะ, อัฏฐังคะสะมันนาคะตัง, อุโปสะถัง ยาจามะ ฯ

๗. ในขณะที่กำลังอาราธนาอุโบสถศีลอยู่ พระผู้ให้ศีลจะขึ้นสู่ธรรมาสน์ เมื่ออาราธนาจบแล้ว พึงประนมมือตั้งใจรับไตรสรณคมน์และศีลโดยเคารพ โดยว่าตามพระไปเป็นตอน ๆ ดังนี้

นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ ฯ (๓ จบ)

พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ
ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ
สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ
ทุติยัมปิ พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ
ทุติยัมปิ ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ
ทุติยัมปิ สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ

ตะติยัมปิ พุทธัง สะระณัง คัจฉามิ
ตะติยัมปิ ธัมมัง สะระณัง คัจฉามิ
ตะติยัมปิ สังฆัง สะระณัง คัจฉามิ

ต่อไปพระท่านจะว่า ติสะระณะคะมะนัง นิฏฐิตัง ฯ
พึงรับพร้อมกันว่า อามะ ภันเต ฯ (แล้วว่าตามท่านต่อไป)
๑. ปาณาติปาตา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ
๒. อะทินนาทานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ
๓. อะพรหมะจะริยา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ
๔. มุสาวาทา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ
๕. สุราเมระยะมัชชะปะมาทัฏฐานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ
๖. วิกาละโภชะนา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ
๗. นัจจะคีตะวาทิตะวิสูกะทัสสะนา มาลาคันธะวิเลปะนะ ธาระณะมัณฑะนะวิภูสะนัฏฐานา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ
๘. อุจจาสะยะนะมะหาสะยะนา เวระมะณี สิกขาปะทัง สะมาทิยามิ

อิมัง อัฏฐังคะสะมันนาคะตัง, พุทธะปัญญัตตัง อุโปสะถัง, อิมัญจะ รัตติง อิมัญจะ ทิวะสัง, สัมมะเทวะ อภิรักขิตุง สะมาทิยามิ ฯ

(ข้าพเจ้าขอสมาทานซึ่งอุโบสถพุทธบัญญัติ อันประกอบด้วยองค์ ๘ ประการนี้ เพื่อจะรักษาไว้ให้ดี มิให้ขาดมิให้ทำลาย ตลอดวันหนึ่งกับคืนหนึ่ง ณ เวลาวันนี้

ต่อไปพระท่านว่า อิมานิ อัฏฐะ สิกขาปะทานิ อุโปสะถะวะเสนะ มะนะสิกะริตวา สาธุคัง อัปปะมาเทนะ รักขิตัพพานิ
พึงรับพร้อมกันว่า อามะ ภันเต ฯ แล้วพระท่านจะว่าอานิสงส์ศีลต่อไปว่า

สีเลนะ สุคะติง ยันติ สีเลนะ โภคะสัมปะทา
สีเลนะ นิพพุติง ยันติ ตัสมา สีลัง วิโสธะเย ฯ
(เมื่อท่านว่าจบแล้ว พึงกราบด้วยเบญจางคประดิษฐ์ ๓ ครั้ง)

๘. ต่อนั้น หัวหน้าพึงกล่าวอาราธนาธรรมแบบพิเศษ เฉพาะวันอุโบสถ ดังนี้

จาตุททะสี ปัณณะระสี ยา จะ ปักขัสสะ อัฏฐะมี
กาลา พุทเธนะ ปัญญัตตา สัทธัมมัสสะวะนัสสิเม
อัฏฐะมี โข อะยันทานิ สัมปัตตา อะภิรักขิตา
เตนายัง ปะริสา ธัมมัง โสตุง อิธะ สามาคะตา

สาธุ อัยโย ภิกขุสังโฆ กะโรตุ ธัมมะเทสะนัง
อะยัญจะ ปะริสา สัพพา อัฏฐิกัตวา สุณาตุ ตัง ฯ

หมายเหตุ คำที่ขีดเส้นใต้นั้น ถ้าเป็นวันพระ ๑๕ ค่ำ ให้เปลี่ยนเป็น ปัณณะระสี ถ้าเป็นวันพระ ๑๔ ค่ำ ให้เปลี่ยนเป็น จาตุททะสี

๙. เมื่ออาราธนาจบแล้ว พึงตั้งใจสดับพระธรรมเทศนาต่อไป เมื่อพระเทศน์จบแล้ว พึงกราบพระพร้อมกัน ๓ ครั้ง พระสงฆ์จะให้พรต่อไป เมื่อท่านให้พรจบ พึงกราบอีก ๓ ครั้ง ต่อนั้นพึงตั้งใจสวดประกาศตนเป็นอุบาสกอุบาสิกาพร้อมกัน ดังนี้

อะหัง พุทธัญจะ ธัมมัญจะ สังฆัญจะ สะระณัง คะโต
อุปาสะกัตตัง เทเสสิง ภิกขุสังฆัสสะ สัมมุขา
เอตัง เม สะระณัง เขมัง เอตัง สะระณะมุตตะมัง
เอตัง สะระณะมาคัมมะ สัพพะทุกขา ปะมุจจะเย
ยะถาพะลัง จะเรยยาหัง สัมมาสัมพุทธะสาสะนัง
ทุกขะนิสสะระณัสเสวะ ภาคี อัสสัง อะนาคะเต ฯ

หมายเหตุ คำสวดนี้ ถ้าผู้สวดเป็นผู้หญิง ให้เปลี่ยนคำที่ขีดเส้นใต้ดังนี้
คะโต เปลี่ยนเป็นว่า คะตา
อุปาสะกัตตัง เปลี่ยนเป็นว่า อุปาสิกัตตัง
ภาคี อัสสัง เปลี่ยนเป็นว่า ภาคินิสสัง ฯ

ต่อนั้น พึงตั้งใจสวดขอขมาพระรัตนตรัยต่อกันไปเลยว่า

กาเยนะ วาจายะ วะ เจตะสา วา
พุทเธ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง
พุทโธ ปะฏิคคัณหะตุ อัจจะยันตัง
กาลันตะเร สังวะริตุง วะ พุทเธ ฯ
กาเยนะ วาจายะ วะ เจตะสา วา
ธัมเม กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง
ธัมโม ปะฏิคคัณหะตุ อัจจะยันตัง
กาลันตะเร สังวะริตุง วะ ธัมเม ฯ
กาเยนะ วาจายะ วะ เจตะสา วา
สังเฆ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยะ ยัง

สังโฆ ปะฏิคคัณหะตุ อัจจะยันตัง
กาลันตะเร สังวะริตุง วะ สังเฆ ฯ

๑๐. ต่อไป พึงสวดพระคาถาให้ส่วนบุญอุทิศแก่สรรพสัตว์ทั้งหลาย ดังนี้

(หัวหน้า) หันทะ มะยัง ปัตติทานะคาถาโย ภะณามะ เส ฯ

(พร้อมกัน) ยา เทวะตา สันติวิหาระวาสินี
ถูเป ฆะเร โพธิฆะเร ตะหิง ตะหิง
ตา ธัมมะทาเนนะ ภะวันตุ ปูชิตา
โสตถิง กะโรนเตธะ วิหาระมัณฑะเล
เถรา จะ มัชฌา นะวะกา จะ ภิกขะโว
สารามิกา ทานะปะตี อุปาสะกา
คามา จะ เทสา นิคะมา จะ อิสสะรา
สัปปาณะภูตา สุขิตา ภะวันตุ เต
ชะลาพุชา เยปิ จะ อัณฑะสัมภะวา
สังเสทะชาตา อะถะโวปะปาติกา
นิยยานิกัง ธัมมะวะรัง ปะฏิจจะ เต
สัสเพปิ ทุกขัสสะ กะโรนตุ สังขะยัง

ฐาตุ จิรัง สะตัง ธัมโม ธัมมัทธะรา จะ ปุคคะลา
สังโฆ โหตุ สะมัคโค วะ อัตถายะ จะ หิตายะ จะ
อัมเห รักขะตุ สัทธัมโม สัพเพปิ ธัมมาจาริโน
วุฑฒิง สัมปาปุเณยยามะ ธัมเม อะริยัปปะเวทิเต ฯ

๑๑. ต่อนั้น พึงสวดพระคาถาพุทธมงคล (คาถาพระอรหันต์ ๘ ทิศ) โดยสวดเป็นทำนองสรภัญญะ ดังนี้

(หัวหน้า) หันทะ มะยัง สะระภัญเญนะ พุทธะมังคะละคาถาโย ภาณามะ เส ฯ

(พร้อมกัน) สัมพุทโธ ทิปะทัง เสฏโฐ นิสินโน เจวะ มัชฌิเม
โกณฑัญโญ ปุพพะภาเค จะ อาคะเณยเย จะ กัสสะโป
สารีปุตโต จะ ทักขิเณ หะระติเย อุปาลิ จะ
ปัจฉิเมปิ จะ อานันโท วายัพเพ จะ คะวัมปะติ
โมคคัลลาโน จะ อุตตะเร อิสาเนปิ จะ ราหุโล
อิเม โข มังคะลา พุทธา สัพเพ อิธะ ปะติฏฐิตา

วันทิตา เต จะ อัมเหหิ สักกาเรหิ จะ ปูชิตา
เอเตสัง อานุภาเวนะ สัพพะโสตถี ภะวันตุ โน ฯ
อิจเจวะมัจจันตะนะมัสสะเนยยัง
นะมัสสะมาโน ระตะนัตตะยัง ยัง
ปุญญาภิสันทัง วิปุลัง อะลัตถัง
ตัสสานุภาเวนะ หะตันตะราโย ฯ

เมื่อสวดจบแล้ว พระสงฆ์จะกราบพระ ลุกจากอาสนะหลีกไป พึงกราบพระประธาน ๓ ครั้ง แล้วไปทำกิจของตนตามควร

๑๒. ตามประเพณีของผู้รักษาศีลอุโบสถ ซึ่งไม่สามารถจะอยู่รักษาที่วัดตลอดทั้งวันและคืนได้ มีประสงค์จะกลับไปพักผ่อนที่บ้านจึงหลังจากทำวัตรเย็นแล้ว พึงเข้าไปลาพระภิกษุผู้เป็นหัวหน้าสงฆ์บนกุฏิ หรือท่านอาจจะลงมารับลาถึงที่ประชุมก็ได้ แล้วแต่ธรรมเนียมของที่นั้น ๆ ส่วนผู้มีความประสงค์จะค้างที่วัดไม่ต้องลาในตอนนั้น หรือหากว่าในตอนบ่ายมีเทศน์จะบอกลาต่อพระผู้เทศน์ก็ได้ โดยว่าคำลาพร้อมกันว่า

หันทะทานิ มะยัง ภันเต, อาปุจฉามะ
พะหุกิจจา มะยัง พะหุกะระณียา ฯ

พระผู้รับลาว่า ยัสสะทานิ ตุมเห กาลัง มัญญะถะ ฯ

พึงรับพร้อมกันว่า อามะ ภันเต ฯ

เสร็จแล้วกราบอีก ๓ ครั้ง เป็นเสร็จพิธีกลับบ้าน ฯ

ทำวัตรเย็น

ยะมะหัง สัมมาสัมพุทธัง ภะคะวันตัง สะระณัง คะตา พระผู้มีพระภาค พระองค์ตรัสรู้ดีแล้วเองโดยชอบ พระองค์ใดแล ข้าพเจ้าถึงแล้วว่าเป็นที่พึ่ง กำจัดทุกข์ได้จริง

อิมินา สักกาเรนะ ตัง ภะคะวันตัง อะภิปูชะยามิ ข้าพเจ้าบูชาพระผู้มีพระภาค พระองค์นั้นด้วยเครื่องสักการะนี้

ตัง ภะคะวันตัง อะภิวาเทมิ ข้าพเจ้าไหว้พระผู้มีพระภาค ผู้เป็นที่พึ่งของข้าพเจ้าพระองค์นั้น

ยะมะหัง สวากขาตัง ธัมมัง สะระณัง คะตา พระธรรมที่พระผู้มีพระภาค ตรัสดีแล้วเหล่าใดแล ข้าพเจ้าถึงแล้วว่าเป็นที่พึ่งกำจัดภัยได้จริง

อิมินา สักกาเรนะ ตัง ธัมมัง อะภิปูชะยามิ ข้าพเจ้าบูชาพระธรรมเหล่านั้นด้วยเครื่องสักการะอันนี้

ตัง ธัมมัง นะมัสสามิ ข้าพเจ้าไหว้พระธรรมที่เป็นที่พึ่งของข้าพเจ้าเหล่านั้น

ยะมะหัง สุปะฏิปันนัง สังฆัง สะระณัง คะตา พระสงฆ์ที่ท่านปฏิบัติดีแล้วหมู่ใดแล ข้าพเจ้าถึงแล้วว่าเป็นที่พึ่ง กำจัดโรคได้จริง

อิมินา สักกาเรนะ ตัง สังฆัง อะภิปูชะยามิ ข้าพเจ้าบูชาพระสงฆ์หมู่นั้นด้วยเครื่องสักการะนี้

ตัง สังฆัง วันทามิ ข้าพเจ้าไหว้พระสงฆ์ผู้เป็นที่พึ่งหมู่นั้น ฯ

(หัวหน้า) **หันทะทานิ มะยัง ตัง ภะคะวันตัง วาจายะ อะภิคายิตุง ปุพพะภาคะนะมะการัญเจวะ พุทธานุสสะติ นะยัญจะ กะโรมะ เส ฯ**

(พร้อมกัน) **นะโม ตัสสะ ภะคะวะโต อะระหะโต สัมมาสัมพุทธัสสะ ฯ**

(๓ หน)

ตัง โข ปะนะ ภะคะวันตัง เอวัง กัลยาโณ กิตติสัทโท อัพภุคคะโต, อิติปิ โส ภะคะวา อะระหัง สัมมาสัมพุทโธ, วิชชาจะระณะสัมปันโน สุคะโต โลกะวิทู อะนุตตะโร ปุริสะทัมมะสาระถิ สัตถา เทวะมะนุสสานัง พุทโธ ภะคะวาติ ฯ

(หัวหน้า) หันทะ มะยัง พุทธาภิคีติง กะโรมะ เส ฯ

(พร้อมกัน) **พุทธะวาระหันตะวะระตาทิคุณาภิยุตโต**
สุทธาภิญาณะกะรุณาหิ สะมาคะตัตโต
โพเธสิ โย สุชะนะตัง กะมะลังวะ สูโร
วันทามะหัง ตะมะระณัง สิระสา ชิเนนทัง

พุทโธ โย สัพพะปาณีนัง สะระณัง เขมะมุตตะมัง
ปะฐะมานุสสะติฏฐานัง วันทามิ ตัง สิเรนะหัง
พุทธัสสาหัสมิ ทาโสวะ พุทโธ เม สามิกิสสะโร
พุทโธ ทุกขัสสะ ฆาตา จะ วิธาตา จะ หิตัสสะ เม
พุทธัสสาหัง นิยยาเทมิ สะรีรัญชีวิตัญจิทัง
วันทันโตหัง จะริสสามิ พุทธัสเสวะ สุโพธิตัง
นัตถิ เม สะระณัง อัญญัง พุทโธ เม สะระณัง วะรัง
เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ วัฑเฒยยัง สัตถุ สาสะเน
พุทธัง เม วันทะมาเนนะ ยัง ปุญญัง ปะสุตัง อิธะ
สัพเพปิ อันตะรายา เม มาเหสุง ตัสสะ เตชะสา ฯ

(หมอบกราบลงว่า)

กาเยนะ วาจายะ วะ เจตะสา วา
พุทเธ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง
พุทโธ ปะฏิคคัณหะตุ อัจจะยันตัง ฯ
กาลันตะเร สังวะริตุง วะ พุทเธ ฯ

(หัวหน้า) หันทะ มะยัง ธัมมานุสสะตินะยัง กะโรมะ เส ฯ

(พร้อมกัน) **สวากขาโต ภะคะวะตา ธัมโม สันทิฏฐิโก อะกาลิโก เอหิปัสสิโก โอปะนะยิโก ปัจจัตตัง เวทิตัพโพ วิญญูหีติ ฯ**

(หัวหน้า) หันทะ มะยัง ธัมมาภิคีติง กะโรมะ เส ฯ

(พร้อมกัน) **สวากขาตะตาทิคุณะโยคะวะเสนะ เสยโย**
โย มัคคะปากะปะริยัตติวิโมกขะเภโท
ธัมโม กุโลกะปะตะนา ตะทะธาริธารี
วันทามะหัง ตะมะหะรัง วะระธัมมะเมตัง

ธัมโม โย สัพพะปาณีนัง สะระณัง เขมะมุตตะมัง
ทุติยานุสสะติฏฐานัง วันทามิ ตัง สิเรนะหัง
ธัมมัสสาหัสมิ ทาโสวะ ธัมโม เม สามิกิสสะโร
ธัมโม ทุกขัสสะ ฆาตา จะ วิธาตา จะ หิตัสสะ เม
ธัมมัสสาหัง นิยยาเทมิ สะรีรัญชีวิตัญจิทัง
วันทันโตหัง จะริสสามิ ธัมมัสเสวะ สุธัมมะตัง
นัตถิ เม สะระณัง อัญญัง ธัมโม เม สะระณัง วะรัง
เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ วัฑเฒยยัง สัตถุ สาสะเน

ธัมมัง เม วันทะมาเนนะ ยัง ปุญญัง ปะสุตัง อิธะ
สัพเพปิ อันตะรายา เม มาเหสุง ตัสสะ เตชะสา ฯ

(หมอบกราบลงว่า)

กาเยนะ วาจายะ วะ เจตะสา วา
ธัมเม กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง
ธัมโม ปะฏิคคัณหะตุ อัจจะยันตัง
กาลันตะเร สังวะริตุง วะ ธัมเม ฯ

(หัวหน้า) หันทะ มะยัง สังฆานุสสตินะยัง กะโรมะ เส ฯ

(พร้อมกัน) สุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, อุชุปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, ญายะปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, สามีจิปะฏิปันโน ภะคะวะโต สาวะกะสังโฆ, อาหุเนยโย ปาหุเนยโย ทักขิเณยโย อัญชะลีกะระณีโย, อะนุตตะรัง ปุญญักเขตตัง โลกัสสาติ ฯ

(หัวหน้า) หันทะ มะยัง สังฆาภิคีติง กะโรมะ เส ฯ

(พร้อมกัน) สัทธัมมะโช สุปะฏิปัตติคุณาทิยุตโต
โยฏฐัพพิโธ อะริยะปุคคะละสังฆะเสฏโฐ
สีลาทิธัมมะปะวะราสะยะกายะจิตโต
วันทามะหัง ตะมะริยานะ คะณัง สุสุทธัง

สังโฆ โย สัพพะปาณีนัง สะระณัง เขมะมุตตะมัง
ตะติยานุสสะติฏฐานัง วันทามิ ตัง สิเรนะหัง
สังฆัสสาหัสมิ ทาโสวะ สังโฆ เม สามิกิสสะโร
สังโฆ ทุกขัสสะ ฆาตา จะ วิธาตา จะ หิตัสสะ เม
สังฆัสสาหัง นิยยาเทมิ สะรีรัญชีวิตัญจิทัง
วันทันโตหัง จะริสสามิ สังฆัสโสปฏิปันนะตัง
นัตถิ เม สะระณัง อัญญัง สังโฆ เม สะระณัง วะรัง
เอเตนะ สัจจะวัชเชนะ วัฑเฒยยัง สัตถุ สาสะเน
สังฆัง เม วันทะมาเนนะ ยัง ปุญญัง ปะสุตัง อิธะ
สัพเพปิ อันตะรายา เม มาเหสุง ตัสสะ เตชะสา ฯ

(หมอบกราบลงว่า)

กาเยนะ วาจายะ วะ เจตะสา วา
สังเฆ กุกัมมัง ปะกะตัง มะยา ยัง
สังโฆ ปะฏิคคัณหะตุ อัจจะยันตัง
กาลันตะเร สังวะริตุง วะ สังเฆ ฯ

แผ่พรหมวิหาร

อภินันทนาการจาก พระประเสริฐ มากคุณ
๑๗ ตึกสวัสดิ์-ล้อม วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ กรุงเทพมหานคร

คำแผ่เมตตาให้แก่ตัวเองก่อน

อะหัง **สุขิโต โหมิ**, ขอให้ตัวของเราจงมีความสุข **นิททุกโข โหมิ**, ขอให้ตัวของเราจงไม่มีทุกข์, **อะเวโร โหมิ**, ขอให้ตัวของเราจงไม่มีเวร, **อัพะยาปัชโฌโหมิ**, ขอให้ตัวของเราจงไม่มีความพยาบาท, **อนีโฆ โหมิ**, ขอให้ตัวของเราจงปราศจากทุกข์, **สุขี อัตตานัง ปริหะรามิ**, ขอให้ตัวเราจงรักษาตนให้เป็นสุข พ้นทุกข์ภัยทั้งสิ้นเถิด

คำแผ่เมตตาพรหมวิหาร ๔
ให้แก่สัตว์ทั้งหลายทั้งปวงไม่เจาะจง

แผ่เมตตา **สัพเพ สัตตา**, สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง, **อะเวรา โหนตุ**, จงเป็นผู้ไม่มีเวร, **อัพะยาปัชฌา โหนตุ**, จงเป็นผู้ไม่มีความพยาบาท, **อนีฆา โหนตุ**, จงเป็นผู้ปราศจากทุกข์, **สุขี อัตตานัง ปริหะรันตุ**, จงรักษาตนให้เป็นสุข พ้นทุกข์ภัยทั้งสิ้นเถิด ฯ

แผ่กรุณา **สัพเพ สัตตา ทุกขา ปมุจจันตุ**, ขอให้สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง จงพ้นจากทุกข์ภัยทั้งสิ้นเถิด ฯ

แผ่มุทิตา **สัพเพ สัตตา มา ลัทธะสัมปัตติโต วิคัจฉันตุ**, ขอให้สัตว์ทั้งหลายทั้งปวง จงอย่าปราศจากทรัพย์สมบัติที่ตนได้แล้ว เถิด ฯ

แผ่อุเบกขา **สัพเพ สัตตา กัมมัสสะกา**, เป็นผู้มีกรรมเป็นของของตัว, **กัมมะทายาทา**, เป็นผู้รับผลของกรรม (ที่ตนทำไว้เอง) **กัมมะโยนี**, เป็นผู้มีกรรมเป็นกำเนิด (เกิดมาเพราะกรรม) **กัมมะพันธู**, เป็นผู้มีกรรมเป็นเผ่าพันธุ์, **กัมมะปะฏิสสะระณา**, เป็นผู้มีกรรมเป็นที่พึ่งอาศัย, **ยัง กัมมัง กริสสันติ**, ตนเองทำกรรมอันใดไว้, **กัละยาณัง วา ปาปะกัง วา**, ดีหรือชั่วก็ตาม, **ตัสสะ ทายาทา ภะวิสสันติ**, ต้องเป็นผู้รับผลของกรรมนั้น ฯ

หมายเหตุ ในหน้าแรก เพื่อให้อ่านเข้าใจคำแปล – ในหน้า ๒ นี้ ให้สวดแผ่ทุก ๆ วัน จะพ้นทุกข์ภัยพิบัติ มีความสุข ความเจริญ มีโชค มีลาภ และยศ สรรเสริญ ทุกทิวาราตรีกาล เทอญ ฯ

ภาษาบาลี **อะหัง สุขิโต โหมิ, นิททุกโข โหมิ, อะเวโร โหมิ, อัพะยาปัชโฌ โหมิ, อนีโฆ โหมิ, สุขี อัตตานัง ปริหะรามิ, สัพเพ สัตตา อะเวรา โหนตุ, อัพะยาปัชฌา โหนตุ, อนีฆา โหนตุ, สุขี อัตตานัง ปริหะรันตุ, สัพเพ สัตตา ทุกขา ปมุจจันตุ, สัพเพ สัตตา มา ลัทธะสัมปัตติโต วิคัจฉันตุ, สัพเพ สัตตา กัมมัสสะกา, กัมมะทายาทา, กัมมะโยนี, กัมมะพันธู, กัมมะปฏิสสะระณา, ยัง กัมมัง กริสสันติ, กัละยาณัง วา ปาปะกัง วา, ตัสสะ ทายาทา ภะวิสสันติ ฯ**

ภาษาไทย ข้าพเจ้าขออุทิศ, ส่วนบุญส่วนกุศล, ที่ข้าพเจ้า, ได้บำเพ็ญแล้วนี้, ให้แก่ผู้มีพระคุณทั้งหลาย, มีมารดา–บิดา เป็นต้น, ครูบาอาจารย์ทั้งหลาย, มีหลวงพ่อวัดปากน้ำ เป็นต้น, แก่ญาติทั้งหลาย, แก่เทพยดาทั้งหลาย, แก่สัตว์ทั้งหลาย, มีชีวิตอยู่ก็ตาม, หาชีวิตไม่ก็ตาม, แก่เจ้ากรรมนายเวรทั้งหลาย, แก่เจ้าที่เจ้าทางทั้งหลาย, ขอท่านทั้งหลาย, จงได้รับทราบ, ส่วนบุญส่วนกุศล, ของข้าพเจ้า, ที่อุทิศให้นี้, เบื้องบนตั้งแต่พรหมโลกลงมา, เบื้องล่างตั้งแต่อเวจีขึ้นมา, เบื้องกลางทั่วอนันตแสนโกฏิจักรวาล, ขอจงมาอนุโมทนา, มีความสุข, พ้นจากทุกข์, โดยทั่วกัน, ณ กาลบัดนี้เถิด นิพพานปัจจะโยโหตุ ฯ

กรวดน้ำ (แบบย่อ)

อิทัง เม ญาตีนัง โหตุ สุขิตา โหนตุ ญาตะโย ฯ

กรวดน้ำ (ของเก่า)

อิมินา ปุญญะกัมเมนะ อุปัชฌายา คุณุตตะรา
อาจะริยูปะการา จะ มาตา ปิตา จะ ญาตะกา
.... ปิยา มะมัง
สุริโย จันทิมา ราชา คุณะวันตา นะราปิ จะ
พรหมะมารา จะ อินทา จะ โลกะปาลา จะ เทวะตา
ยะโม มิตตา มะนุสสา จะ มัชฌัตตา เวริกาปิ จะ
สัพเพ สัตตา สุขี โหนตุ ปุญญานิ ปะกะตานิ เม
สุขัญจะ ติวิธัง เทนตุ ขิปปัง ปาเปถะ โวมะตัง
อิมินา ปุญญะกัมเมนะ อิมินา อุททิเสนะ จะ
ขิปปาหัง สุละเภ เจวะ ตัณหุปาทานะเฉทะนัง
เย สันตาเน หินา ธัมมา ยาวะ นิพพานะโต มะมัง
นัสสันตุ สัพพะทาเยวะ ยัตถะ ชาโต ภะเว ภะเว
อุชุจิตตัง สะติปัญญา สัลเลโข วีริยัมหินา
มารา ละภันตุ โนกาสัง กาตุญจะ วีริเยสุ เม
พุทโธ ทีปะวะโร นาโถ ธัมโม นาโถ วะรุตตะโม
นาโถ ปัจเจกะพุทโธ จะ สังโฆ นาโถตตะโร มะมัง
เตโสตตะมานุภาเวน มาโรกาสัง ละภันตุ มา ฯ

ความหมายของอุโบสถศีล

๑. ปาณาติปาตา เวระมะณี หมายถึง **เจตนางดเว้นจากการทำให้สัตว์มีปราณคือลมหายใจตายไป**

สัตว์มีปราณ ในที่นี้นับเอาทั้งสัตว์ดิรัจฉานทุกประเภท เทวดา มนุษย์ แม้กระทั่งตัวเอง ท่านห้ามฆ่าทั้งนั้น สิกขาบทนี้ รวมไปถึงการทรมานสัตว์ การผจญสัตว์ให้เดือดร้อน ทำให้พิการ ทำให้ขาดอิสรภาพด้วยการกักขัง ทำให้หมดหวังในชีวิต เป็นต้นด้วย

กิริยาที่ฆ่านั่น จะใช้อาวุธชนิดไหนฆ่า จะเป็นของมีคม เช่น มีด ดาบ ปืน เป็นต้นก็ตาม หรือเป็นของไม่มีคม เช่น ท่อนไม้ มือ เท้า เป็นต้นก็ตาม สัตว์นั้นตายไปเป็นอันผิดทั้งนั้น หรือจะฆ่าเองก็ตาม ใช้ให้ผู้อื่นฆ่าด้วยวาจา หรือแสดงอาการอย่างอื่นเพื่อให้รู้ว่าใช้ให้ฆ่ามีขยิบตา โบกมือ เป็นต้นก็ตาม ถ้าทำสำเร็จเป็นอัน **"ฆ่า"** ทั้งนั้น

ผู้กระทำอย่างนี้ ส่อถึงความเป็นผู้มีจิตใจเหี้ยมโหด ขาดเมตตา ไร้ความปรานีต่อเพื่อนสัตว์ร่วมโลก เป็นคนเห็นแก่ตัว ไม่คำนึงถึงใจเขาใจเราว่า เรารักสุขเกลียดทุกข์อย่างไร ผู้อื่นก็รักสุขเกลียดทุกข์อย่างนั้นเหมือนกัน ชีวิตเป็นสิ่งสำคัญกว่าสิ่งทั้งหมดของคน จะขาดอะไรอีกกี่ร้อยกี่พันอย่าง ก็ขาดไปเฉพาะสิ่งนั้นเท่านั้น ถ้าขาดชีวิตเสียแล้ว ก็ชื่อว่าขาดหมดทุกสิ่งทุกอย่างทีเดียว เหตุนั้น ท่านจึงจัดสิกขาบทนี้ไว้เป็นอันดับแรก เพราะเห็นว่าชีวิตเป็นสิ่งสำคัญดังนี้

๒. อะทินนาทานา เวระมะณี หมายถึง **เจตนางดเว้นจากการถือเอาสิ่งของที่ผู้อื่นมิได้ให้**

"ของ" ในที่นี้ หมายถึงของมีเจ้าของโดยเฉพาะ หรือของที่ไม่มีเจ้าของโดยเฉพาะ แต่เป็นของส่วนรวม เช่น ของสาธารณะ หรือทรัพย์สินของชาติ ศาสนา พระมหากษัตริย์ เป็นต้น ตั้งแต่ของมีราคาสูงสุดไปจนกระทั่งไม่มีราคาเลย เช่น หญ้าเส้นเดียว เป็นต้น

"การถือเอา" ในที่นี้หมายถึงการหยิบของนั้นมาเป็นของตัวเองโดยพลการ โดยที่เจ้าของเขาไม่ได้ให้ ไม่ได้อนุญาตให้ด้วยกาย เช่น พยักหน้าให้ โบกมือให้ หรือให้ด้วยวาจา เช่น บอกให้เป็นต้น อย่างใดอย่างหนึ่ง ด้วยอาการอย่างขโมย เช่น ลัก ฉกชิง วิ่งราว ตู่ ตระบัด ปลอมแปลง ลักลอบ ยักยอกเอา เป็นต้น จัดเป็นผิดทั้งนั้น และจะทำเองก็ตาม ใช้ให้ผู้อื่นทำด้วยกายหรือวาจาก็ตาม จัดเป็นผิดเหมือนกัน

สิกขาบทข้อนี้ ท่านห้ามไว้เพื่อให้ทุกคนเคารพในกรรมสิทธิ์ ในสมบัติของกันและกัน ให้รู้จักทำมาหาเลี้ยงชีพโดยสุจริต ไม่ทำให้ผู้อื่นเดือดร้อน ไม่เอารัดเอาเปรียบผู้อื่น เพราะสมบัติของใครใครก็ย่อมรักหวงแหน ไม่อยากจะให้สูญไป เฝ้าคุ้มครองรักษาไว้ ถ้าไปลักปล้นของ

เขามา จะทำให้เกิดความทุกข์ เสียใจ เสียดายแก่เจ้าของ บางครั้งอาจทำให้เขาเสียคนไปก็ได้ ท่านจึงห้ามไว้ โดยให้เคารพกรรมสิทธิ์ของผู้อื่น

๓. อะพรหมะจะริยา เวระมะณี หมายถึง **เจตนางดเว้นจากการประพฤติอันมิใช่เป็นของพรหมจรรย์** คือ เว้นจากการประพฤติเคียงคู่สู่สมดุจสามีภรรยาหรือชายหนุ่มกับหญิงสาวอันเป็นเหตุให้จิตฟุ้งซ่าน หลงระเริงใน รูป รส กลิ่น เสียง สัมผัสยิ่ง ๆ ขึ้นไป ไม่มีทางถอนตนให้หลุดพ้นจากกองทุกข์ได้ สิกขาบทนี้ท่านห้ามมิให้ล่วงละเมิดประเวณีเด็ดขาด ทั้งกับชายและหญิงทุกประเภท

แต่ในสิกขาบทที่ ๓ แห่งเบญจศีลนั้น ท่านห้ามเฉพาะชายหญิงบางประเภทเท่านั้น เช่น ชายหญิงที่มีสามีภรรยาแล้ว ชายหญิงที่มีจารีตห้าม เช่น นักบวช เป็นต้น เมื่อล่วงละเมิดชายหญิงเหล่านี้จัดเป็นกาเมสุมิจฉาจาร ส่วนชายหญิงที่มีอิสระแก่ตัว ไม่จัดเป็นกาเมสุมิจฉาจาร

การที่ท่านห้ามไว้เช่นนี้ ด้วยหวังจะป้องกันความแตกร้าวในหมู่มนุษย์ ให้ทุกคนมีความไว้วางใจในกันและกัน ให้ภรรยาสามีปรองดองกันด้วยดี ไม่มีปากมีเสียงและการแตกร้าวกันเกิดขึ้นเพราะเหตุต่างระแวงในเรื่องนี้ อันจะเป็นเหตุให้หมดความสุขในชีวิต และเป็นการมิให้ใจจมดิ่งอยู่ในกามสุขัลลิกานุโยค เมื่อใจหมกมุ่นอยู่แต่ในเรื่องกามสุขเช่นนี้ การที่จะชักพาให้ใจดำเนินไปสู่ทางแห่งความดีความสงบสุข นั้น เป็นสิ่งที่ทำได้ยาก

๔. มุสาวาทา เวระมะณี หมายถึง **เจตนางดเว้นจากการกล่าวคำเท็จ** คือ ไม่กล่าวถ้อยคำอันไม่มีจริง ไม่เป็นจริง เพื่อหลอกลวงให้ผู้อื่นเข้าใจผิด ทำให้เสียประโยชน์ เป็นต้น มิใช่แต่การโกหกมดเท็จเท่านั้น แม้แต่การทนสาบาน การทำเล่ห์กระเท่ห์ ทำมารยา ทำกิเลส เสริมความอำความ เป็นต้น ก็นับเข้าในคำว่า มุสาวาทเหมือนกัน และจะพูดคำเท็จออกมาทางวาจาหรือแสดงออกด้วยกาย เช่น สั่นศีรษะ โบกมือ และเขียนหนังสือโกหกก็ตาม จัดเป็นผิดทั้งนั้น

ที่ท่านห้ามไว้ดังนี้ เพื่อให้ทุกคนยึดมั่นในคำสัตย์ ซื่อตรงต่อกัน ไม่ให้ก่อความเดือดร้อนแก่ผู้อื่นด้วยวาจา เพราะใคร ๆ ก็ชอบและนับถือความจริง และคนพูดจริงด้วยกันทุกคน เมื่อไปพูดคำเท็จเข้าอาจทำให้เขาเข้าใจผิด หรือเสียประโยชน์อย่างใหญ่หลวงได้ หรือบางครั้งอาจทำให้ผู้อื่นหมดความไว้วางใจไม่นับถือในตัวผู้พูดเท็จก็ได้ ในข้อนี้มีเด็กเลี้ยงแกะเป็นตัวอย่างได้อย่างดี

๕. สุราเมระยะมัชชะปะมาทัฏฐานา เวระมะณี หมายถึง **เจตนางดเว้นจากการดื่มน้ำเมา คือ สุราและเมรัยอันเป็นที่ตั้งแห่งความประมาท**

น้ำเมา ในที่นี้ท่านบ่งไว้สองอย่าง คือ สุราและเมรัยเท่านั้น ยังมีของอื่นที่อนุโลมเข้าได้อีก เช่น ของที่ทำให้ผู้ดื่มผู้เสพมึนเมาถึงขาดสติสัมปชัญญะได้ เช่น ฝิ่น กัญชา น้ำตาลเมา เฮโรอีน และเครื่องดองของเมาอย่างอื่นก็นับเข้าด้วย

ของมึนเมาเหล่านี้ เมื่อดื่มหรือเสพเข้าไปแล้ว จะทำให้ครองสติไว้ไม่ได้ ทำให้จิตใจอ่อนแอ ทำในสิ่งที่ไม่เคยทำได้ พูดในสิ่งที่ไม่เคยพูดได้ พ่อแม่ฆ่าลูก ลูกฆ่าพ่อแม่ได้ และสามารถล่วงละเมิดศีลข้ออื่นได้ทุกข้อโดยง่ายดาย ท่านจึงว่าเป็นที่ตั้งแห่งความประมาทแท้

อนึ่งท่านกล่าวโทษในการเสพของมึนเมาเหล่านี้ไว้หลายสถาน คือ ทำลายทรัพย์สมบัติให้เสียไปโดยใช่เหตุ เป็นเหตุให้ต้องทะเลาะวิวาทซกต่อยกัน โรคภัยไข้เจ็บก็เบียดเบียนได้ง่าย เพราะร่างกายมักจะอ่อนแอ ทำให้เสียชื่อเสียง ไม่มีใครอยากคบหาสมาคมด้วย ทำสิ่งที่ไม่น่าทำ ซึ่งเป็นการเสียมารยาทอย่างร้ายแรง และของมึนเมามักจะบั่นทอนสติปัญญาให้ลดน้อยลง ความคิดความอ่านก็เฉื่อยชา ไม่ทันคน ไม่ทันเหตุการณ์ สติปัญญา ความคิดความอ่าน ไหวพริบ ซึ่งเคยปราดเปรื่องก็สิ้นไป หมดไป กลายเป็นคนเฉื่อยชา มีชีวิตอยู่ไปวัน ๆ เหมือนตอไม้ที่ผุรอเวลาสึกกร่อนไปเพราะลมและฝน ฉะนั้นของมึนเมามีโทษฉะนี้ ท่านจึงห้ามไว้

๖. วิกาละโภชะนา เวระมะณี หมายถึง **เจตนางดเว้นจากการบริโภคโภชนะ ในเวลาวิกาล**

โภชนะ ในที่นี้หมายถึงสิ่งที่เป็นของเคี้ยว ของบริโภค และของดื่มซึ่งเป็นอาหารทุกชนิด เช่น ข้าว ขนม ปลา เนื้อ ข้าวต้ม โจ๊ก เป็นต้น สิ่งเหล่านี้ ถ้าเป็นกาลคือตั้งแต่อรุณขึ้นไปจนถึงเที่ยงตรง จะทานกี่หนก็ได้ไม่จำกัด แต่ในเวลาวิกาลคือตั้งแต่เที่ยงวันไปจนถึงรุ่งอรุณของวันใหม่ จะให้สิ่งเหล่านี้ล่วงลำคอไปไม่ได้ จะเป็นเหตุให้ศีลขาดทันที

สิกขาบทนี้ท่านห้ามไว้ เพื่อเป็นอุบายให้ผู้บำเพ็ญเพียรได้รู้จักประมาณในอาหาร รู้จักประมาณในการบริโภคอาหาร ไม่ให้มากหรือน้อยจนเกินไป ไม่ให้ติดในรสอาหาร ซึ่งจะเป็นเหตุให้มัวเมาแล้วบริโภคตลอดเวลา ทำให้ร่างกายอิ่มหนำจนเกินไป แล้วเกิดความอึดอัด ง่วงเหงา ไม่อยากจะทำความเพียร อยากจะพักผ่อนท่าเดียว เป็นบ่อเกิดของความเกียจคร้าน ฉะนั้นท่านจึงให้บริโภคพอประทังชีวิตเท่านั้น ไม่ให้มากหรือน้อยจนเกินไป

๗. นัจจะคีตะวาทิตะวิสูกะทัสสะนา มาลาคันธะวิเลปะนะธาระณะมัณฑะนะวิภูสะนัฏฐานา เวระมะณี หมายถึง **เจตนางดเว้นจากการฟ้อนรำ ขับร้อง ประโคมดนตรี และดูการเล่นอันเป็นข้าศึก และเว้นจากการลูบไล้ ทัดทรง ประดับ ตกแต่งร่างกายด้วยระเบียบดอกไม้ ของหอม เครื่องย้อม เครื่องทา**

สิกขาบทข้อนี้แบ่งเป็น ๒ ตอน ตอนแรกนั้นหมายถึงการไม่ทำด้วยตัวเองด้วย ไม่ดูไม่ฟังการฟ้อนรำเป็นต้นที่ผู้อื่นกำลังแสดงด้วย แต่การดูการฟังสิ่งเหล่านี้ท่านห้ามเฉพาะที่เป็นข้าศึกเท่านั้น คือ พอไปดูไปฟังเข้าทำให้เกิดความเพลิดเพลิน ติดใจ ใคร่ใจ ใหลหลงอยู่ในสิ่งนั้น ทำให้เกิดความฟุ้งซ่าน เกิดความกระวนกระวายเมื่อไม่ได้ยินไม่ได้ฟัง จัดเป็นข้าศึกต่อการประพฤติธรรมแน่แท้ ส่วนดนตรีหรือการขับร้องอันประกอบด้วยธรรม ฟังหรือดูแล้วก่อให้สังเวชสลดใจ หรือให้เกิดศรัทธาเลื่อมใส เป็นต้น ไม่จัดเป็นข้าศึก ฟังได้ไม่ผิด และข้อนี้มุ่งเฉพาะ

ไปดูไปฟังเท่านั้น ถ้าอยู่ในที่ของตัวได้ยินได้ฟังเข้า หรือมาปรากฏให้เห็นเองโดยไม่ได้ขวนขวาย ไม่ยินดีด้วยการดูการฟังนั้น ก็ไม่จัดเป็นผิดถึงล่วงสิกขาบท แต่ก็ทำให้จิตขาดสมาธิ หรือก่อความรำคาญให้ได้ จึงเป็นการสมควรที่จะไม่ดูไม่ฟังเสียเลยเป็นดีที่สุด

ส่วนตอนที่สองนั้นหมายถึง การประดับตบแต่งมุ่งความสวยความงามเป็นสำคัญ ถ้าตกแต่งเพื่อป้องกันความละอาย หรือเพื่อบำบัดโรคอย่างใดอย่างหนึ่งเป็นต้น ไม่จัดเป็นล่วงองค์

สิกขาบทนี้ท่านห้ามไว้ ด้วยต้องการให้ผู้ประพฤติธรรมหลีกเว้นจากสิ่งยั่วยุใจให้หลงใหลในเรื่องเหล่านี้ ให้ตัดความกังวลเรื่องความสวยความงาม เพราะถ้ายังมัวหลงใหลอยู่แล้วจะเว้นสิ่งเหล่านี้ได้ยาก เพราะตามปกติใจมักแส่ไปหาอารมณ์ฝ่ายต่ำ เหมือนน้ำมักไหลลงสู่ที่ต่ำเป็นต้นอยู่แล้ว ถ้าบังคับใจไม่ให้เห็นไม่ให้ฟังได้ หรือให้ตัดความรักสวยรักงามได้ ก็จะเป็นการดีที่สุด

๘. อุจจาสะยะนะมะหาสะยะนา เวระมะณี หมายถึง เจตนางดเว้นจากการนั่งหรือนอนบนที่นั่งที่นอนสูง หรือที่นั่งที่นอนใหญ่

ที่นั่งที่นอนสูง ในที่นี้ หมายถึงเตียงหรือตั่งที่สูงเกินไป ในพระบาลีท่านกำหนดความสูงของเตียงไว้ ไม่ให้เกิน ๘ นิ้วพระสุคต หรือประมาณ ๑๐ นิ้ว ๓ กระเบียดช่างไม้ปัจจุบัน ส่วนตั่งนั้นแม้สูงกว่านั้นก็ได้ สำหรับเตียงถ้ามีพนักล้อมทั้งสามด้าน หรือยกเคลื่อนที่ไปได้ แม้จะสูงกว่าที่กำหนดก็ไม่เป็นไร ใช้ได้

ที่นั่งที่นอนใหญ่ หมายถึงที่นั่งที่นอนที่ใหญ่ด้วยการประดับตกแต่ง มิใช่ใหญ่ด้วยรูปร่างหรือขนาด ที่นั่งที่นอนที่ท่านห้ามก็คือที่นั่งที่นอนซึ่งประดับตกแต่งด้วยลวดลายอันวิจิตร เช่น ปักลวดลายเป็นรูปสัตว์ รูปดอกไม้เป็นต้น และทำด้วยขนสัตว์ชนิดที่มีขนอ่อนนุ่ม ทำด้วยหนังสัตว์ที่ฟอกแล้ว หรือทำด้วยของเทียมอย่างอื่นที่มีลักษณะอ่อนนุ่ม ทั้งรวมไปถึงที่นั่งที่นอนซึ่งยัดของอ่อนนุ่มไว้ภายใน เช่น ฝ้าย นุ่น สำลี ใยต่าง ๆ และฟองน้ำ เป็นต้น เข้าด้วย

สิ่งเหล่านี้ท่านห้ามไว้ เพื่อประสงค์ไม่ให้เป็นของที่ก่อให้เกิดอันตรายแก่ผู้ใช้ เช่น ที่นอนสูงเกินไป และไม่ให้เป็นของโอ่อ่า อันเป็นสิ่งยั่วยวนให้เกิดความพอใจ รักใคร่ กำหนัดยินดีได้ ทั้งยังเป็นสิ่งอำนวยความสุขเกินไป ทำให้ติดใจ ไม่เป็นอันประพฤติธรรมก็เป็นได้ เพราะฉะนั้น ผู้เว้นสิ่งเหล่านี้ได้แล้ว ชื่อว่าเป็นผู้ชนะใจตนเองได้ตอนหนึ่งแล้ว

องค์ศีลอุโบสถ

องค์ศีล คือข้อที่ท่านกำหนดไว้ประจำศีลแต่ละข้อ เพื่อให้ผู้รักษาศีลได้กำหนดรู้ว่าศีลที่ตนกำลังรักษาอยู่นั้นจะขาดด้วยลักษณะใดบ้าง จะด่างจะพร้อยไปด้วยลักษณะใดบ้าง เป็นการป้องกันศีลจากการขาดได้ เพราะผู้รักษาศีลรู้ตัวก่อนแล้วว่า ถ้าไปทำอย่างนี้ ๆ ศีลจะขาด และองค์ศีลนี้ยังเป็นเครื่องตัดสินได้อีกว่า ถ้าไปทำอย่างนี้มาศีลจะขาดหรือไม่ โดยนำการกระทำนั้นมาเทียบกับองค์ศีลทั้งหมดในข้อนั้น ถ้าได้ครบองค์ของศีล ศีลข้อนั้นก็เป็นอันขาดแล้ว ถ้าไม่ครบก็แสดงว่ายังไม่ขาด เป็นแต่เพียงด่างหรือพร้อยไปเท่านั้น แต่ก็นับว่าศีลมีมลทินไม่บริสุทธิ์แล้ว ดังนี้เป็นต้น

ในศีลอุโบสถนี้ แต่ละสิกขาบทมีองค์ดังนี้

สิกขาบทที่ ๑ มีองค์ ๕ คือ

๑. ปาโณ	สัตว์ที่ฆ่าเป็นสัตว์มีปราณ คือ มีลมหายใจ
๒. ปาณสญฺญิตา	ผู้ฆ่าก็รู้ว่าสัตว์นั้นมีลมหายใจ
๓. วธกจิตฺตํ	มีความตั้งใจจะฆ่าให้ตาย
๔. อุปกฺกโม	พยายามฆ่าสัตว์นั้นโดยที่สุดแม้จะพยายามเพียงเอื้อมมือไปฆ่าเท่านั้น ก็จัดเป็นพยายามเหมือนกัน
๕. เตน มรณํ	สัตว์นั้นสิ้นลมหายใจไปด้วยความพยายามเพียงนั้น

สิกขาบทที่ ๒ มีองค์ ๕ คือ

๑. ปรปริคฺคหิตํ	ของที่ลักเป็นของมีเจ้าของ
๒. ปรปริคฺคหิตสญฺญิตา	ผู้ลักก็รู้ว่าของนั้นมีเจ้าของ
๓. เถยฺยจิตฺตํ	มีความจงใจจะลัก
๔. อุปกฺกโม	พยายามลักของนั้น โดยที่สุดแม้เพียงเอื้อมมือไปหยิบเอาเท่านั้น
๕. เตน หรณํ	นำของนั้นมาได้ ด้วยความพยายามนั้น

สิกขาบทที่ ๓ มีองค์ ๒ คือ

๑. เสวนจิตฺตํ	จงใจจะเสพ
๒. มคฺเคน	ให้อวัยวะเพศถึงกันเพียงชั่ว

มคฺคปฺปฏิปาทนํ เมล็ดงาเดียว

สิกขาบทนี้ ถ้าเป็นสิกขาบทที่ ๓ ในศีล ๕ ก็มีองค์ ๔ คือ

๑. อคมนียวัตถุ เป็นบุคคลที่ไม่ควรไปล่วงละเมิด ๒๐ จำพวก มีชายหญิงที่มีภรรยาสามีแล้วเป็นต้น

๒. ตสฺมึ เสวนจิตฺตํ จงใจสะเสพในบุคคลนั้น

๓. เสวนปฺปโยโค มีความพยายามในการเสพ

๔. มคฺเคน มคฺคปฺปฏิปตฺติอธิวาสนํ ให้อวัยวะเพศถึงกัน

สิกขาบทที่ ๔ มีองค์ ๔ คือ

๑. อตฺถํ วตฺถุ เรื่องที่พูดเป็นเรื่องไม่เป็นจริง ไม่มีจริง

๒. วิสํวทนจิตฺตํ จงใจจะพูดให้ผิดไปจากความจริง

๓. ตชฺโช วายาโม พูดคำนั้นออกไป

๔. ปรสฺส ตทตฺถวิชานนํ ผู้ฟังเข้าใจความหมายเหมือนอย่างที่พูดออกไปนั้น

สิกขาบทที่ ๕ มีองค์ ๔ คือ

๑. มทนียํ ของที่ดื่ม เป็นของที่ทำให้มึนหรือเมาได้ เช่น สุรา เป็นต้น

๒. ปาตุกมฺยตาจิตฺตํ จงใจจะดื่ม

๓. ตชฺโช วายาโม ดื่มน้ำนั้นเข้าไป

๔. ปีตปฺปเวสนํ น้ำดื่มนั้นไหลล่วงลำคอเข้าไป

สิกขาบทที่ ๖ มีองค์ ๔ คือ

๑. วิกาโล เวลานั้น เป็นเวลาตั้งแต่เที่ยงตรงไปจนถึงก่อนอรุณวันใหม่ขึ้นมา

๒. ยาวกาลิกํ ของที่กลืนกินนั้นเป็นของนับเข้าในจำพวกอาหาร

๓. อชฺโฌหรณปฺปโยโค พยายามกลืนกินของนั้น

๔. เตน อชฺโฌหรณํ กลืนกินของนั้นจนล่วงลำคอลงไป

สิกขาบทที่ ๗ ตอนที่ว่าด้วยการดูการฟ้อนรำ ขับร้อง และประโคมดนตรี มีองค์ ๓ คือ

๑. นจฺจาทีนิ สิ่งที่ดูหรือฟัง เป็นการฟ้อนรำขับร้อง เป็นต้น

๒. ทสฺสนตฺถาย คมนํ ไปเพื่อจะดูหรือฟังสิ่งนั้น

๓. ทสฺสนํ ดูหรือฟังสิ่งนั้น

ตอนที่ว่าด้วยการทัดทรงดอกไม้ ประดับตกแต่งร่างกาย เป็นต้น มีองค์ ๓ คือ

๑. มาลาทีนํ อญฺญตรตา ของนั้นเป็นเครื่องประดับตกแต่งร่างกาย มีดอกไม้และของหอม เป็นต้น

๒. อนุญฺญาตการณาภาโว ไม่มีเหตุจำเป็นที่ทรงอนุญาตไว้ เช่น ทายาเพื่อบำบัดโรค เป็นต้น

๓. อลงฺกตภาโว ทัดทรง ตกแต่ง ลูบไล้ ของเหล่านั้นด้วยต้องการให้สวยงาม

สิกขาบทที่ ๘ มีองค์ ๓ คือ

๑. อุจฺจาสยนมหาสยนํ ของนั้น เป็นที่นั่งหรือที่นอนอันสูงหรือใหญ่

๒. อจฺจาสยนมหาสยนํ สญฺญิตา ตัวเองก็รู้ว่า เป็นที่นั่ง หรือที่นอนอันสูงหรือใหญ่

๓. อภินิสีทนํ วา อภินิปชฺชนํ วา นั่งหรือนอนบนที่นั่งหรือที่นอนนั้น

องค์ศีลเหล่านี้ท่านกำหนดไว้เพื่อเป็นเครื่องตัดสินว่า สิกขาบทนั้น ๆ จะขาดหรือไม่ในเมื่อมีการล่วงละเมิดขึ้น เป็นทางขจัดความแคลงใจสงสัยของผู้รักษาได้เป็นอย่างดี เพราะว่าบางครั้งแม้แต่ตัวเองก็ไม่ทราบว่า ที่ทำไปนั้นจะเป็นการล่วงละเมิดศีลหรือไม่ เมื่อใช้หลักคือองค์ศีลข้อนั้น ๆ ไปเทียบจึงจะทราบได้ คือ ถ้าทำไปครบทุกองค์ในศีลข้อนั้น เป็นอันว่าศีลข้อนั้นขาด ถ้าไม่ครบทุกองค์ก็ยังไม่ขาด เช่น เผลอไปใช้มือลูบตามตัว บังเอิญไปถูกยุงตายเข้าอย่างนี้ศีลยังไม่ขาด เพราะไม่ครบองค์ปาณาติบาต คือ ไม่ได้มีเจตนาจะทำให้ตาย แต่องค์อื่น ๆ มีอยู่ ศีลนั้นจึงเป็นเพียงด่างพร้อยเท่านั้น ดังนี้เป็นตัวอย่าง องค์ศีลจึงเป็นหลักสำคัญที่ควรจำให้ได้แม่นยำ สำหรับปฏิบัติได้ถูกต้องและเพื่อตัดสินความสงสัยของตัว จะได้ไม่เกิดวิปฏิสารเดือดร้อนไม่สบายใจ ในเมื่อไปล่วงละเมิดเข้าโดยไม่ตั้งใจ

ศีลขาด คือ ศีลของผู้สมาทานศีลแล้วแต่ไม่รักษาศีลนั้นให้ดี ล่วงละเมิดเป็นประจำทำให้ขาดต้นขาดปลาย หาที่บริสุทธิ์บริบูรณ์จริง ๆ ได้ยาก เหมือนผ้าที่ขาดตรงชายรอบผืนฉะนั้น

ศีลทะลุ คือ ศีลของผู้ชอบล่วงละเมิดสิกขาบทกลาง ๆ หรือล่วงองค์ศีลกลาง ๆ เสมอแต่สิกขาบทต้นกับปลาย หรือองค์ต้นกับปลายยังดีอยู่ เหมือนกับผ้าที่ทะลุเป็นช่องโหว่ตรงกลางแต่ชายรอบ ๆ ยังใช้ได้อยู่ ฉะนั้น

ศีลด่าง คือ ศีลของผู้ชอบล่วงละเมิดสิกขาบททีเดียว ๒ หรือ ๓ ข้อ หรือล่วงองค์ศีลครั้งเดียว ๒ หรือ ๓ องค์เลย เหมือนแม่โคด่างที่กระดำกระด่างไปทั้งตัว ด้วยลายขาวบ้าง ดำบ้าง ตามหลัง ตามท้อง ฉะนั้น

ศีลพร้อย คือ ศีลของผู้ชอบล่วงละเมิดศีลคราวละสิกขาบท หรือล่วงองค์ศีลคราวละองค์สององค์ คือ มีศีลบริสุทธิ์บ้าง ไม่บริสุทธิ์บ้าง สลับกันไป เหมือนแม่โคลาย ซึ่งมีตัวพร้อยไปด้วยจุดดำ ๆ ขาว ๆ ที่ขึ้นทั้งตัว ฉะนั้น ฯ

อันสตรีไม่มีศีลก็สิ้นสวย
บุรุษด้วยไม่มีศีลก็สิ้นศรี
สมณะไม่มีศีลก็สิ้นดี
เป็นผู้นำศีลไม่มีก็หยาบคาย ฯ

อานิสงส์ศีล

ศีลนี้มีคุณค่าหรือคุณสมบัติประจำตัว ถึงใครจะรักษาหรือไม่รักษาก็ตาม คุณค่าก็ยังอยู่ในตัวของศีลเอง หรือผู้รักษาจะเป็นใครก็ตาม คุณค่านั้นก็จะไปอยู่กับตัวผู้นั้นเหมือนกันหมด เหมือนยามีสรรพคุณในการรักษาโรคประจำอยู่ในตัวฉะนั้น คุณค่าหรือคุณสมบัติของศีลนั้น คือ

๑. มลวิโสธนํ	เป็นเครื่องชำระมลทิน
๒. ปริฬาหวูปสมนํ	เป็นเครื่องระงับความเร่าร้อน
๓. สุจิคนฺธวายนํ	เป็นเครื่องทำให้กลิ่นหอมฟุ้งไป
๔. สคฺคนิพฺพานาธิคมุปายํ	เป็นอุบายให้ได้สวรรค์และพระนิพพาน
๕. โสภาลงฺการปสาธนํ	เป็นเครื่องประดับอันงดงาม
๖. ภยวิธมนํ	เป็นเครื่องกำจัดภัยอันตราย
๗. กิตฺติชนนํ	เป็นสิ่งทำให้มีชื่อเสียง
๘. ปาโมชฺชํ	เป็นสิ่งที่ทำให้รื่นเริง

อนึ่ง ผู้รักษาศีลให้บริสุทธิ์อยู่เสมอ ศีลย่อมอำนวยผลให้อย่างนี้ คือ

๑. โภคสมฺปทา	เป็นเหตุให้ได้ทรัพย์สมบัติ ข้าทาสบริวาร เป็นต้น
๒. กลฺยาณกิตฺตึ	เป็นเหตุให้มีชื่อเสียงดี
๓. สมุหวิสารทํ	เป็นเหตุให้เป็นคนแกล้วกล้า อาจหาญเวลาเข้าสังคม
๔. อสมฺมุฬฺหํ	เป็นเหตุให้มีสติ ไม่หลงในเวลาใกล้ตาย
๕. สุคติปรายนํ	เป็นเหตุให้เกิดในสุคติ

รวมความแล้ว ผู้รักษาศีลย่อมจะได้รับทั้งคุณสมบัติที่มีอยู่ในตัวศีล เหมือนคนไข้ได้รับสรรพคุณของยาที่มีอยู่ในตัวยา และย่อมได้รับผลจากการรักษาศีล เหมือนคนไข้ได้รับผลจากการบริโภคยา มีหายจากโรคภัยไข้เจ็บเป็นต้น ฉะนั้น

อนึ่ง โดยสรุป ผู้รักษาศีลย่อมได้รับอานิสงส์แห่งการรักษา ๓ ประการ ซึ่งพระท่านว่าให้ฟังในตอนท้ายให้ศีลนั้นเอง คือ

๑. สีเลน สุคตึ ยนฺติ คนจะไปสู่สุคติภูมิได้ ก็เพราะศีล
๒. สีเลน โภคสมฺปทา คนจะพรั่งพร้อมด้วยสมบัติ ก็เพราะศีล
๓. สีเลน นิพฺพุตึ ยนฺติ คนจะไปพระนิพพานได้ ก็เพราะศีล

อานิสงส์ข้อที่ ๑ ท่านหมายเอาสวรรค์สมบัติ คือ สมบัติอันจะพึงได้รับหลังจากสิ้นชีพไปแล้ว มีสมบัติทิพย์ ในหมู่เทพชั้นใดชั้นหนึ่ง เป็นต้น

อานิสงส์ข้อที่ ๒ ท่านหมายเอามนุษย์สมบัติ คือ สมบัติที่จะพึงได้รับในเวลาที่ยังมีชีวิตอยู่ หรือที่จะพึงได้รับเมื่อกลับมาเกิดเป็นมนุษย์อีก เช่น รูปสมบัติ ทรัพย์สมบัติ บริวารสมบัติ เกียรติยศ ชื่อเสียง เป็นต้น

อานิสงส์ข้อที่ ๓ ท่านหมายเอา นิพพานสมบัติ คือสมบัติขั้นสุดยอด ไม่เจือด้วยความสุข หรือทุกข์อีก เป็นความหลุดพ้นแห่งจิต ไม่ต้องมาเวียนว่ายตายเกิดในวัฏฏสงสารนี้อีก

ทั้งนี้ มิได้หมายความว่า เพียงรักษาศีลอย่างเดียวเท่านั้นแล้ว จะได้สมบัติทุกประการดังว่ามาก็หาไม่ เป็นแต่ว่า ศีลที่รักษาบริสุทธิ์ดีแล้ว เป็นเบื้องต้นเป็นพื้นฐานแห่งการทำความดีสูงขึ้นไป เช่น การบำเพ็ญสมาธิ การเจริญวิปัสสนา เป็นต้น ซึ่งจะเป็นเหตุให้ได้รับสมบัติอันสูงสุดเช่น พระนิพพานได้ เพราะผู้มีศีลไม่บริสุทธิ์หรือไม่รักษาศีลเลย จะเจริญวิปัสสนาทำสมาธิให้ได้รับผลนั้นไม่เป็นไปได้ เพราะจิตใจของเขาจะฟุ้งซ่าน รำคาญ ไม่เป็นสมาธิ ผู้มีศีลหมดจดเท่านั้นจึงทำได้ดีและเกิดผลดี ฉะนั้น จึงว่าศีลเป็นพื้นฐานของคุณธรรมชั้นสูงขึ้นไปคือสมาธิ และสมาธิเป็นพื้นฐานของปัญญาอีกชั้นหนึ่ง เมื่อมีศีลบริสุทธิ์แล้ว จึงเป็นเหตุให้ได้มนุษย์สมบัติ สวรรค์สมบัติ และนิพพานสมบัติ ดังกล่าว

อนึ่ง ศีลนี้นอกจากจะมีคุณสมบัติดังกล่าว อันเป็นประโยชน์รวมแล้ว แต่ละข้อยังมีประโยชน์ประจำอีก เหมือนยาแต่ละขนานก็มีสรรพคุณประจำตัวและเฉพาะตัวอยู่ฉะนั้น เช่น

ศีลข้อที่ ๑ เป็นเหตุให้อายุยืน มีโรคน้อย ร่างกายแข็งแรง เป็นต้น

ศีลข้อที่ ๒ เป็นเหตุให้มีสมบัติมาก รักษาสมบัติไว้ได้ สมบัติไม่เป็นอันตรายด้วยภัยต่าง ๆ เป็นต้น

ศีลข้อที่ ๓ เป็นเหตุให้ได้คู่ครองที่ดี มีความรักมั่นคง ครอบครัวไม่แตกแยกกัน เป็นต้น

ศีลข้อที่ ๔ เป็นเหตุให้มีคำพูดเป็นที่น่าเชื่อถือ มีเสียงไพเราะ ไม่มีกลิ่นปาก เป็นต้น

ศีลข้อที่ ๕ เป็นเหตุให้มีสติมั่นคง ไม่หลงลืม มีปัญญาเฉลียวฉลาด เป็นต้น

ศีลข้อที่ ๖-๘ นั้นได้กล่าวประโยชน์ไว้แล้ว ในตอนที่ว่าด้วยความหมายของอุโบสถศีล

ส่วนผู้มักประพฤติล่วงละเมิดศีลนั้น ย่อมได้รับโทษหลายอย่างต่างประการ อันตรงกันข้ามกับประโยชน์ของศีลที่กล่าวแล้ว

เพราะฉะนั้น ผู้หวังความสุข ความสงบ และสมบัติดังกล่าว พึงรักษาศีลของตนให้บริสุทธิ์บริบูรณ์ดี ไม่ให้ด่าง ไม่ให้พร้อย ด้วยประการทั้งปวง พึงรักษาไว้ให้ดีเท่าชีวิต เหมือนนกต้อยตีวิดรักษาไข่ เหมือนจามรีรักษาขน เหมือนมารดารักษาบุตรน้อย และเหมือนคนมีตาดีข้างเดียวรักษาดวงตาของตนไว้ ฉะนั้น เมื่อเป็นดังนี้ ย่อมจะได้รับประโยชน์สมปรารถนา

ข้อพึงปฏิบัติเวลารักษาอุโบสถ

ในเวลาที่รักษาอุโบสถอยู่นั้น ไม่ควรปล่อยให้เวลาล่วงเลยไปเปล่า ๆ หรือใช้เวลาไปในทางไม่ก่อให้เกิดประโยชน์ พึงบำเพ็ญธรรมตามกำลังบ้าง สนทนาธรรมบ้าง ระลึกถึงธรรมบ้าง เช่น ปฏิบัติพระกรรมฐานซึ่งเราเรียกกันโดยมากว่า นั่งภาวนา หรือทำสมาธิก็ได้ ระลึกถึงคุณของพระรัตนตรัย ระลึกถึงความดีที่ตนเคยกระทำมา ระลึกถึงวัย อายุ สังขารร่างกาย และความตายที่จะมีแก่ตนก็ได้ อ่านหนังสือเกี่ยวกับธรรม หนังสือที่ก่อให้เกิดความสังเวชสลดใจ ไม่เป็นไปเพื่อความฟุ้งซ่านหรือสนุกรื่นเริง ฟังธรรมตามสถานีวิทยุหรือโทรทัศน์หรือในวัดนั้น ๆ ซึ่งจัดให้มีขึ้น สนทนาซักถามกันในเรื่องธรรมที่ยังไม่รู้หรือที่ได้ยินได้ฟังมาก็ได้ หรือจะท่องบ่นสวดมนต์อะไรก็ได้ตามอัธยาศัย

อนึ่ง ในเวลาพูดคุยกัน ควรพูดคุยกันแต่ในเรื่องที่เป็นธรรม นำประโยชน์มาให้เท่านั้น เรื่องที่ควรพูดนั้น ท่านกำหนดไว้ในพระบาลี ๑๐ ประการ คือ

๑. อัปปิจฉตากถา	เรื่องที่ชวนให้มีความปรารถนาน้อย ให้รู้จักพอเป็นให้รู้จักอิ่มตัว
๒. สันตุฏฐิกถา	เรื่องที่ชวนให้เกิดความยินดีพอใจในของที่ตัวมี ไม่ว่ามากหรือน้อย ไม่ดิ้นรนแสวงหาจนเกิดความเดือดร้อนทั้งตัวเองและคนอื่น
๓. ปริเวกกถา	เรื่องที่ชวนให้เกิดความสงบใจ สบายใจ ใจว่าง ไม่คิดถึงอารมณ์ภายนอกให้ฟุ้งซ่านไป
๔. อสังสัคคกถา	เรื่องที่ชวนให้ไม่อยู่คลุกคลีกัน ทำให้กายสงบ ไม่มั่วสุมกัน
๕. วิริยารัมภกถา	เรื่องที่ชวนให้มุ่งมั่นทำความเพียรบำเพ็ญความดี
๖. สีลกถา	เรื่องที่เกี่ยวกับการรักษาศีล ความรู้เรื่องศีล
๗. สมาธิกถา	เรื่องเกี่ยวกับสมาธิ วิธีทำใจให้เป็นสมาธิ วิธีนั่งกรรมฐาน
๘. ปัญญากถา	เรื่องเกี่ยวกับปัญญา ความรู้เรื่องปัญญา การทำปัญญาให้เกิด วิธีทำให้เกิดดวงมรรค ดวงผล และธรรมกาย
๙. วิมุตติกถา	เรื่องที่จะทำให้หลุดพ้นจากกองทุกข์ พ้นจากกิเลส
๑๐. วิมุตติญาณทัสสนกถา	เรื่องที่จะให้เกิดความรู้ความเห็นในการที่ใจหลุดพ้นจากกองกิเลส จากกองทุกข์ได้แล้ว

เรื่องทั้ง ๑๐ ประการนี้ เป็นเรื่องที่ควรพูดคุยกันของผู้เป็นอุบาสกอุบาสิกา เพราะเป็นเรื่องที่ปราศจากโทษ ไม่มีข้อน่าตำหนิ และเป็นทางให้บรรลุคุณพิเศษสูง ๆ ขึ้นไปได้ตามลำดับ

ตรงกันข้าม ในขณะที่อยู่ในวัด ไม่ควรให้เวลาหมดไปด้วยการนั่งนอนเฉย ๆ ไม่ควรพูดคุยกันถึงเรื่องการทำมาหากิน การค้าขาย เรื่องราวของตัวที่ผ่านมาแล้ว ไม่ควรนำเรื่องของผู้อื่นมาวิพากษ์วิจารณ์ในทางเสียหาย ไม่ควรสนใจเรื่องของผู้อื่นจนเสียประโยชน์ตน และไม่ควรสนทนากันเรื่องไสยศาสตร์ เวทมนต์คาถาป้องกันศัตรูคงกระพันชาตรี เป็นต้น เพราะอุบาสกอุบาสิกาถ้ายังสนใจพูดคุยกันถึงเรื่องอย่างนี้อยู่ ก็จะไม่ต่างอะไรกับชาวบ้านธรรมดา ทั้งจะเป็นเหตุให้ถูกท่านผู้รู้ตำหนิได้ พึงพูดเรื่องอื่นใดซึ่งเป็นไปเพื่อความสงัดกาย สงัดใจ มักน้อย สันโดษดังกล่าว

คุณสมบัติของอุบาสกอุบาสิกา

คำว่า **อุบาสก** หรือ **อุบาสิกา** นี้ แปลว่า **ผู้เข้าไปนั่งใกล้หรือผู้อยู่ใกล้พระรัตนตรัย** คือ ผู้ยอมรับนับถือพระพุทธ พระธรรม และพระสงฆ์ เป็นที่พึ่งที่ระลึกของตนตลอดเวลา ใฝ่ใจสนใจอยู่แต่ในสามสิ่งนี้เท่านั้น และผู้เป็นอุบาสกอุบาสิกา พึงประกอบด้วยคุณสมบัติ ๕ ประการนี้ คือ

๑. มีศรัทธามั่นคง คือ มีความเชื่อความเลื่อมใสในพระรัตนตรัยไม่จืดจาง ไม่คลอนแคลน ถึงจะมีเหตุให้คลายศรัทธาบ้างในบางขณะ ก็ไม่หวั่นไหวคลอนแคลนไปตามเหตุนั้น ๆ เช่น มีคนตู่พระพุทธองค์ให้ได้ยิน ก็ยังมั่นคงด้วยศรัทธาในพระพุทธองค์อยู่ ไม่เกิดความสงสัยแคลงใจว่า ที่เขาพูดนั้นเป็นจริงหรือไม่ ดังนี้เป็นตัวอย่าง

๒. มีศีลบริสุทธิ์ คือ พยายามรักษาศีลของตนที่รับสมาทานมาแล้วให้หมดจด ไม่ให้ขาด ไม่ให้ทะลุ ไม่ให้ด่าง ไม่ให้พร้อย รักษาไว้เท่าชีวิตของตน ถึงจะมีเหตุให้ต้องละเมิดก็พยายามหลีกเลี่ยงเหตุอันนั้นไป

๓. ไม่ถือมงคลตื่นข่าว คือ ไม่เชื่อถือฤกษ์ ยาม เคราะห์ มงคลภายนอกต่าง ๆ เป็นต้น เพราะสิ่งเหล่านี้พระพุทธองค์ตรัสว่าหามีอิทธิพลทำให้เป็นคนดี คนเลว ตกนรกหรือขึ้นสวรรค์ได้ไม่ กลับทำให้งมงายยิ่งขึ้น ห่างจากธรรมที่แท้จริงมากขึ้น ไม่ให้เป็นคนหูเบา เชื่ออะไรง่าย ๆ โดยไม่พิจารณาให้ถ่องแท้ หรือถามท่านผู้รู้เสียก่อนเชื่อ ให้เชื่อกรรมคือการกระทำของตัวเท่านั้น ว่าตัวทำกรรมไว้เช่นไรต้องได้รับผลเช่นนั้นแน่ ให้เชื่อว่าคนเกิดมามีกรรมติดตัวมาทุกคน ให้เชื่อว่าคำสอนในพระพุทธศาสนานี้ เป็นทางให้พ้นทุกข์ได้จริง เป็นต้น

๔. ไม่แสวงบุญนอกเขตพระพุทธศาสนา คือ ไม่คล้อยตามทำพิธีกรรมซึ่งเป็นของต่างศาสนา ไม่ทำตามลัทธิอันใดที่ขัดต่อความดีงาม และศีลธรรมในพระพุทธศาสนา

๕. บำเพ็ญแต่บุญในพระพุทธศาสนา คือ มุ่งแสวงบุญตามหลักคำสอนของพระพุทธองค์เท่านั้น เช่น ให้ทาน รักษาศีล เจริญภาวนา ประกอบด้วยเมตตากรุณา มีความกตัญญูกตเวทีต่อผู้มีพระคุณ เป็นต้น เพราะการทำ การประพฤติเช่นนี้ ถือว่าเป็นบุญในพระพุทธศาสนา

ทั้ง ๕ ประการนี้ จัดเป็นคุณสมบัติของอุบาสกอุบาสิกา อันผู้เป็นอุบาสกอุบาสิกาพึงปฏิบัติตามอย่างเคร่งครัด เพื่อความเป็นอุบาสกอุบาสิกาอย่างสมบูรณ์ เพื่อสำเร็จประโยชน์ตามที่ต้องการ ถ้าขาดไปเสียข้อใดข้อหนึ่งก็จะทำให้ขาดคุณสมบัติไป ทำให้เป็นอุบาสกอุบาสิกาไม่สมบูรณ์

อนึ่ง ผู้ประกอบด้วยวิบัติ ๕ ประการต่อไปนี้ไม่จัดเป็นอุบาสกอุบาสิกาในพระพุทธศาสนาเลย คือ

๑. มีศรัทธาไม่มั่นคง
๒. มีศีลไม่บริสุทธิ์
๓. ชอบถือมงคลตื่นข่าว
๔. แสวงบุญนอกเขตพระศาสนา
๕. ไม่ทำบุญในพระศาสนา

การค้าต้องห้าม
สำหรับอุบาสกอุบาสิกา

๑. ค้าขายเครื่องประหาร คือ ค้าขายอาวุธอันเป็นเครื่องมือสำหรับฆ่าสัตว์ เบียดเบียนสัตว์ทุกชนิด เช่น ปืน หอก ดาบ แห อวน ลอบ เป็นต้น ส่วนเครื่องมือ เช่น มีด ขวาน สิ่ว จอบ เสียม และสิ่งอื่น ๆ อันเป็นเครื่องประกอบในการทำมาหากิน ถึงจะใช้เป็นอาวุธประหารสัตว์ได้ ก็ไม่ห้าม ค้าขายได้ตามใจชอบ แต่ถ้ามุ่งค้าให้เป็นเครื่องประหาร ท่านห้าม

๒. ค้าขายมนุษย์ คือ การหลอกลวงมนุษย์ไปขาย การขายทาส การตั้งสำนักบำเรอชาย เป็นต้น จัดเป็นค้ามนุษย์ทั้งสิ้น

๓. ค้าขายสัตว์เป็น ๆ สำหรับฆ่าเป็นอาหาร คือ การค้าขายสัตว์ที่มีเนื้อเป็นอาหาร เช่น หมู เป็ด ไก่ โค กระบือ ปลา นก เป็นต้น แต่ถ้าเป็นสัตว์เลี้ยงหรือสัตว์ใช้งาน ถึงจะมีเนื้อเป็นอาหารก็ตาม เลี้ยงไว้เพื่อทำงาน ขายไปเพื่อให้เลี้ยงใช้งาน ไม่นับเป็นค้าขายในข้อนี้

๔. ค้าขายน้ำเมา คือ ค้าขายเครื่องดองของเมา ซึ่งเป็นเหตุให้เกิดความประมาทได้ทุกชนิด แต่ถ้าเป็นจำพวกยาดองสุราหรือยาอื่นใดที่มีของมึนเมาเจือปนอยู่ ซึ่งเป็นยารักษาโรค เป็นต้น ก็ค้าขายได้

๕. ค้าขายยาพิษ

ที่ท่านห้ามค้าขายดังนี้ เพราะการค้าเช่นนี้เป็นไปเพื่อเบียดเบียนสัตว์อื่น บั่นทอนความสุขของผู้อื่น แสดงถึงความเหี้ยมโหด และสนับสนุนให้ผู้อื่นทำความผิดโดยอ้อม และที่สำคัญเป็นการป้องกันเกียรติยศชื่อเสียงของอุบาสกอุบาสิกาในพระพุทธศาสนา ไม่ให้ทำอย่างคนสามัญธรรมดา เพราะถ้าไปค้าขายสิ่งเหล่านี้เข้าจะเป็นการน่าเกลียดน่าชัง ไม่สมควรอย่างยิ่ง ดังนั้นท่านจึงห้ามไว้ อุบาสกอุบาสิกาผู้หวังความเจริญแก่ตัว และชื่อเสียงของพระพุทธศาสนาแล้วพึงเว้นจากการค้าขายแบบนี้เถิด

พิมพ์ที่ ศรีเมืองการพิมพ์ 5/37 – 41 ถ.รองเมือง ซอย 5 กท. 10500
นายประยุทธ คมอำนาจสกุล ผู้พิมพ์ผู้โฆษณา

กิจกรรมของมูลนิธิ ฯ
เพื่อการเผยแพร่พระสัทธรรมของพระพุทธเจ้า
ในโครงการธรรมปฏิบัติเพื่อประชาชน วัดปากน้ำ ภาษีเจริญ
และ โครงการพุทธภาวนาวิชชาธรรมกาย
วัดสระเกศราชวรมหาวิหาร

---

1. **การอบรมพระกัมมัฏฐานตามแนววิชชาธรรมกายเป็นประจำ** ภายใต้ความควบคุมของพระเดชพระคุณ ท่านเจ้าคุณ พระภาวนาโกศลเถร รองเจ้าอาวาสวัดปากน้ำ ฯ

   ทุกวันพฤหัสบดี เวลา 14.00 น. **ที่ตึกสังเวชนียมงคลเทพนิรมิตร วัดปากน้ำภาษีเจริญ**

   ทุกวันอาทิตย์ รอบที่ 1 เวลา 9.30 น. และรอบที่ 2 เวลา 13.00 น. **ในพระอุโบสถ วัดสระเกศ ฯ** (วัดภูเขาทอง) กรุงเทพ ฯ

   ทุกวันอังคาร และ **วันพฤหัสบดี** เวลา 12.15 น. **ที่ธรรมสถาน จุฬาลงกรณ์มหาวิทยาลัย** (ด้านหลังตึกเลขาธิการ จุฬา ฯ)

2. **รายการธรรมทางวิทยุและโทรทัศน์**

   2.1 **รายการธรรมปฏิบัติ ทางโทรทัศน์สีช่อง 9** ทุกวันอาทิตย์ เวลา 08.00 น. และช่อง 8 ลำปาง ทุกวันพฤหัส ฯ เวลา 16.00 น. (รายการนี้ มีออกอากาศทางสถานีโทรทัศน์ช่อง 7 สุราษฎร์ธานี , ช่อง 10 หาดใหญ่ และช่อง 4 ขอนแก่นด้วย)

   2.2 **รายการธรรมสู่สันติ ทางสถานีวิทยุยานเกราะ 792** ทุกวันอังคาร , พฤหัส และเสาร์ , อาทิตย์ เวลา 15.30 น. และ**ทางสถานีวิทยุ ททท.ภาคเอ.เอ็ม.** ทุกวันอาทิตย์ เวลา 08.30 น. (มีออกอากาศทางสถานีวิทยุต่าง ๆ ในต่างจังหวัดทั่วประเทศประมาณ 30 สถานี โดยเฉพาะอย่างยิ่งสถานีวิทยุแห่งประเทศไทย)

   2.3 **รายการธรรมก่อนนอน ทางสถานีวิทยุแห่งประเทศไทย** ของกรมประชาสัมพันธ์ทุกคืนวันอาทิตย์ ก่อนปิดรายการวิทยุ

ถึงจะเจริญภาวนายังไม่ได้ถึงธรรมกาย หรือดวงปฐมมรรค ก็อย่าได้ท้อใจว่าปฏิบัติไม่ได้ผล **หากท่านได้ตั้งใจฝึกปฏิบัติอย่างสม่ำเสมอด้วยอิทธิบาทธรรม** และหมั่นดูที่เหตุ สังเกตดูที่ผลแล้ว จะพบว่า **มีผลได้ทุกครั้งที่จิตของท่านได้รับการฝึกฝนให้หยุดให้นิ่ง** อย่างน้อยท่านจะพบว่า

* ความฟุ้งซ่านแห่งจิตของท่านลดลง ทำให้จิตใจมีความสงบเยือกเย็นดีขึ้น
* กิเลส ตัณหา อันเป็นอกุศลธรรมเครื่องยังจิตให้เศร้าหมองและเร่าร้อน ทะยานอยากในสิ่งที่ไร้สาระ หรือที่เกินความจำเป็นต่าง ๆ เบาบางลง
* มีสติสัมปชัญญะและปัญญา รู้ทางเจริญ–ควรดำเนิน, รู้ทางเสื่อม–ไม่ควรดำเนิน ดีขึ้นด้วยตัวเอง
* จิตใจสงบ เป็นสมาธิดีขึ้น ทำให้การพิจารณาวินิจฉัยปัญหาใด ๆ สามารถกระทำได้ถูกต้อง ตรงประเด็นดีขึ้น
* เมื่อสุขภาพจิตดี ก็พลอยให้สุขภาพกายดีขึ้นด้วย ผู้เกี่ยวข้องใกล้ชิดก็ไม่ต้องพลอยเดือดร้อนเพราะเรา (ซึ่งมีสุขภาพจิตไม่ดี) เป็นเหตุ ครอบครัว สังคม และประเทศชาติก็จะพลอยสันติสุข เพราะมีสมาชิกผู้มีกาย วาจา และใจอันสงบเพิ่มมากขึ้น
* การเจริญภาวนาโดยมีศีลเป็นบาท จัดเป็นอานิสงส์รวบยอด เป็นทางมรรค ผล นิพพาน จึงเป็นมหากุศลแก่ผู้บำเพ็ญ, เมื่อบุญกุศลเพิ่มขึ้น บาปอกุศลลดน้อยลง จนบุญนำหน้าบาป บุญกุศลย่อมให้ผลก่อนบาปอกุศล เพราะฉะนั้น ผู้เจริญภาวนารักษาศีลเป็นประจำจึงมีชีวิตที่ดีขึ้น เจริญรุ่งเรืองและสันติสุขขึ้น ทั้งในทางโลกและทางธรรม เป็นธรรมดา